# CATHERINEE MATINEE

## Sunt Kati, Alcoolică...

# CATHERINEE MATINEE

## Sunt Kati, Alcoolică...

Nu mulți îndrăznesc să vorbească atât de deschis despre adâncimile sufletului omenesc, despre stările pe care le-am dobândit și despre cele pe care le-am pricinuit, ca și autoarea acestei cărți. Nu pune în gura "unei prietene", a "unei cunoștiințe" ceea ce dorește să spună. Povestește ea singură ce întâmplări au influențat-o, trupește și sufletește, pe fetița dintr-un orășel de câmpie la începutul anilor '50, în Ungaria, apoi în orașul viselor, New York. În ochii altora a devenit o femeie de succes, bogată, recunoscută, dar în sinea ei a devenit din ce în ce mai tulburată, mai nesigură. Așa deci, a pus mâna pe pahar, și ca atât de mulți oameni, dacă sunt tulburați și nesiguri. Doar că ea - cu ajutorul ei, unit cu al altora - s-a oprit dintr-o dată din drumul care nu ducea nicăieri, a găsit și a ales alt drum. Drumul acesta, pe care pășește acum, este tot atât de tulburător ca și cel pe care l-a abandonat.

CATHERINE MATINEE

# *Sunt Kati, alcoolică...*

**Budapesta, 1992**

**Timişoara, 2008**

# PRIMA DATĂ BEI UN PIC...

"Sunt Kati,... "Cuvântul acela nu l-am putut rosti, cel pe care aici în adunarea New-York-ezã cei sosiţi dinaintea mea l-au rostit deja cu toţii: "sunt alcoolică". De undeva din profunzime, creierul meu, atelier unic al cuvintelor şi totuşi închisoarea, de mulţi ani, a gândurilor profunde, acum trântea uşa şi punea afişul: "Închis pentru sărbători". Trebuia să dau o spargere în micul atelier, sa fur cuvântul, dar nu puteam. Şi aşa e în zadar. Nu mai aveam putere. Am hotărât totuşi să aştept momentul. Stăteam acolo, neputincioasă, cu limba paralizată, singură, transpirată de ruşine, tremurând.

"Oh, asta este O. K., Kati! ", am auzit vocile din jurul meu. "Noi suntem toţi prietenii tăi. Te înţelegem, dar încearcă să spui care este boala ta. Poţi, nu trebuie decât să încerci. "O doamnă în vârstă s-a ridicat de pe scaunul pliant şi s-a apropiat de mine. Privirea ei pătrunzătoare m-a umplut de temeri şi totuşi mi-a dat siguranţă şi a deschis atelierul cuvintelor.

"Numele meu este Kati, eu sunt... "

Na, nu pot să rostesc, degeaba încerc şi cu lacrimi sărate am confirmat, că nu!

"Oh Kati, nu plânge, acordă-ţi timp", m-au încurajat. "Aici, în camera aceasta toată lumea înţelege cât de greu îţi este să rosteşti acele cuvinte, căci noi toţi am trecut prin asta. Trebuie să înţelegi că acel cuvânt este primul pas spre "vindecare".

"Ştiu, ştiu", am spus plină de vinovăţie, în timp ce mi-am cuprins obrajii în palme. Nu ştiu cât timp vor fi atât de înţelegători prietenii mei cei noi. Deja am fost de mai multe ori printre ei, şi totuşi nu pot să spun numele bolii mele. Şi totuşi îi stimez foarte mult; ei au devenit noii mei eroi.

Numele lor nu îl ştiu încă, dar feţele lor şi zâmbetul lor încurajator îmi este cunoscut. Sunt geloasă pe ei, pentru că au depus paharul de otravă. Acum ar fi rândul meu.. Numai câteva minute sunt necesare, dar nu sunt obişnuită cu aşa ceva. Între timp, încercam să mă consolez cu lacrimile mele.

Atunci un bărbat chipeş a pornit spre mine. Încet, m-a îmbrăţişat şi mi-a spus încurajator: "Poate că eu pot sa te ajut. În primul rând, îţi este necesar să îţi învingi frica, căci şi mie, şi nouă ne este folositor să te ajutăm. Nu ai fost niciodată într-un loc atât de sigur. Trebuie să te concentrezi. Să-ţi priveşti problema în faţă. Vii de destul timp la aceste şedinţe A. A. şi ai ascultat destul de multe împărtăşiri. Tu ştii că aparţii acestei comunităţi. Aici îţi este locul. "

Asta era o dragoste severă. Ştiam că are dreptate şi că aici îmi este locul. Aveam nevoie de ajutorul lor. Le apreciez sinceritatea, între ei aş vrea să rămân. Bine, am să rostesc.

"Numele meu este Kati şi sunt maghiară. "Camera s-a umplut de râsete. S-a rupt în mine încordarea şi na, poate acum, după marele tărăboi o să-mi reuşească.

"Sunt Kati, sunt alcoolică.

Am inspirat o mare cantitate de aer şi am repetat ca să aud şi eu: "Sunt Kati, sunt alcoolică. "

Aşa, acum deja e bine. Gândurile mele s-au eliberat, atelierul mic al cuvintelor este în sfârşit deschis.

Amintiri dureroase, spontane capătă imagine în mintea mea, dar trecutul parcă e trecut printr-o sită. Mă atinge doar din depărtare. Sau e doar imaginaţia mea? Doar asta ştiam că, trezindu-mă dintr-o lungă euforie, aş vrea să aud doar voci sincere. Ce caut eu aici? Cum am ajuns eu la Alcoolicii Anonimi? Cine m-a adus până aici? Degeaba scormoneam, din nou şi din nou, cu orice ocazie, el îmi fulgera gândul. El era prezent, el era pricina sfâşierii mele sufleteşti, fostul meu soţ, blestematul meu fost soţ.

În ultimele zece luni de băut am fost incapabilă sa-mi refac epava vieţii mele. Acum este 12 septembrie 1976. De astăzi încep fără băutură. Dar dacă eram abstinentă reveneau obsesiile, mă cotropeau fricile. Cum o să-mi fiu suficientă doar eu? Urmează secolul de singurătate? Mă simţeam jecmănită de valorile mele importante, rămânând doar cu restul. E indiferent cum ai căzut, principalul este cum te ridici –se spune. Vreau să mă ridic, dar cum? La fel mă înconjoară teama sufocantă, situaţia mea de necrezut, care este la fel de greu de lăsat ca şi de purtat. Fără sinceritate, fără cunoaşterea de sine, fără autoexaminarea ta, fără un



inventar moral amănunţit nu poate fi abstinenţă durabilă - se spune în A. A. Cum pot să-mi examinez viaţa, dacă nu simt ca este credibil tot ce spun. Deja în primele zile de abstinenţă am început să mă răzvrătesc. Abstinenţii cu experienţă m-au îndrumat spre răbdare. Ei ştiau şi de ce izbucneam în plâns într-o fracţiune de clipă. De ce am devenit auto-distrugătoare? De ce vreau să mă ucid cu alcoolul. Ei ştiau deja multe. Eu nu ştiam nimic. Nu ştiam cine sunt. Dacă nu ştiu cine sunt, de unde să ştiu încotro merg, mă întrebam tăcută. Nu ştiu din faţa a ce alerg. Din faţa cui? De ce sunt supărată? Nici măcar nu ştiu când s-a lipit de mine băutura, când mi-a devenit partener, cum de m-a înrobit, apoi mi-a devenit duşman. Degeaba am mai băut, pentru că a lăsat să mă cuprindă din nou toate durerile sufleteşti. Sunt alcoolică...repetam mereu curajoasă.

"Nu-ţi fie ruşine", îmi şoptea o voce interioară, "eşti deja alcoolică abstinentă, vrei să-ţi asumi răspunderea pentru boala ta. Până când te lăfăiai în ea, nu ştiai că eşti bolnavă. Astăzi ştii deja, dacă nu bei prima înghiţitură de băutură, abstinenţa ta poate dura. Toate acestea nu trebuie să le faci singură, sunt aici prietenii tăi noi, abstinenţi, care te ajută. "

Cred în ei. Mă sprijin pe ei. Sunt sinceri. Ei spun că dacă îmi pun sus temporar toate rănile, supărările, urile, fricile mele legitime şi ilegitime pe raftul NE CUNOAŞTERII şi NE ÎNŢELEGERII, şi fără reţinere le examinez în mod sincer, cu timpul, atunci când mi se va părea în regulă - o sa le pot muta pe raftul ÎNŢELEGERII.

# CUM A ÎNCEPUT

M-am născut în 2 iulie 1929, la ora patru dimineaţa, în zodia Racului. Am fost patru fraţi: doi băieţi şi două fete. I-am iubit sau urât pe părinţii mei în mod uniform, în funcţie de prilejul ce mi-l ofereau. Firea morocănoasă a tatălui, severitatea lui, urletele lui sălbatice, le-am suportat cu frică. În clipele de furie, faţa lui îmi amintea de un leu rănit. Banii - când erau, când nu erau - au otrăvit de la început căsnicia lor, otrăvind apoi rănile deja otrăvite.

Am locuit în câmpia joasă a Ungariei, Alföld. Am avut două case. Într-una am locuit şi în cealaltă era atelierul tatălui meu şi băcănia mamei. Tatăl meu era mecanic şi în munca de rutină din atelierul lui mai concepea şi mici invenţii. Cui îi stătea în putinţă, îl ocolea de departe. Ucenicii lui s-au împrăştiat după şuturile mai mici sau mai mari pe care le-au primit. Tatăl meu se îndrepta spre noi cu firea lui tiranică şi cu supărarea lui explozivă. Acţiunile noastre, cuvintele noastre erau hotărâte de stările lui sufleteşti, schimbate de la o clipă la alta.

"Dacă nu ştii ceva, nu mă întreba decât pe mine", mârâia spre mine nu o singură dată. Dar dacă într-adevăr mă adresam lui: "Nici măcar asta nu ştii ? ", îmi spunea.

Mama mă apăra. "Du-te la fiarele tale! ", îi spunea tatălui meu, "asta ţi se potriveşte ţie, nu copilul. Fierătaniile tale înfierbântate poţi să le loveşti atât până când vor primi forma dorită de tine. Tatăl meu în asemenea momente îşi lua cărţile citite pe jumătate şi evada în lectură. Acolo evada din faţa greutăţilor de creştere şi educare a copiilor şi din faţa eşecurilor lui. Cărţile îi ofereau adevărata evadare. Poate de aceea erau mai multe cărţi pe etajere, decât mâncare în bucătărie.

Noi copii ne petreceam vara la Tomaj: vară minunată cu maci şi flori de cicoare... Cum aşteptam aceste veri ! Dar când o vedeam pe bunica Gál, aş fi dorit să mă întorc şi să fug înapoi la mama. Bunicul şi-a adus soţia de la Viena, pe Werniczert Wilma. Era o femeie foarte frumoasă dar dacă mă privea cu ochii ei ruginii, aprigi mă temeam de ei ca şi de



ochii tatălui. Bunica a supravegheat averea familiei, l-a condus pe bunicul, pe cele cinci fete, cei trei băieţi şi pe toţi nepoţii. Era mandră de fetele ei capabile care au devenit toate învăţătoare /profesoare. Soţii lor au fost aleşi de bunica. Fiica cea mai în vârsta, tanti Böske, a ales calea morţii, neputând îndura constrângerile ei. Bunica se plimba foarte mândră duminica, cu nepoţii ei care purtau mănuşi albe. Doar sora mea şi cu mine nu aveam mănuşi albe. După slujbă îi lăuda pe toţi nepoţii ei înmănuşaţi în alb, arătând spre ei, ce copii destoinici sunt, ce înclinaţi spre învăţătură sunt. Dar degetele ei nu se îndreptau şi spre noi două. Noi eram altfel. Acest lucru s-a repetat de sute de mii de ori.

Într-o seară, bunica şedea pe verandă. "Nu cumva să răciţi", i-a spus tatăl meu şi a alergat după un şal. Am privit faţa tatălui meu, cum cu o dragoste surâzătoare, cu grijă, i-a acoperit umerii. "Şi pe noi, de ce nu...?" "Nu te linguşi fiule, nu te linguşi", a spus bunica. " Şi aşa nu voi putea ierta niciodată că te-ai căsătorit cu fata aceea, care ţi-a născut aceşti patru copii, unul după celalalt. Poate că aţi şi muri de foame dacă eu nu v-aş oferi de mâncare. Pentru asta te-am şcolit? Pentru asta am plătit ani de zile? Tu ai fost fiul cel mai în vârstă, am avut planuri mari cu tine, cu care ai fi ajuns departe. Părerea ta de rău vine prea târziu, femeia aceasta ţi-a aranjat bine cariera. "

"Am suspinat după o familie", a spus blând tatăl meu şi glasul acesta îmi era aproape necunoscut. "Căci dumneavoastră m-aţi dat la trei ani unor oameni complet străini. Pentru ce? Cum aţi putut face asta? Nici măcar de Crăciun nu am putut veni acasă!"

"Aceia nu au fost străini", a răspuns bunica cu ochii tot mai reci. "Aceia erau rudele mele fără copii, foarte bogaţi. Ar fi transcris pe numele tău casa cu patru etaje din Szolnok. Astăzi ai fi fost un om foarte bogat, fiule. Bineînţeles, ţie nu ţi-a trebuit, ai dat cu piciorul la totul ca să iei acea fată numai pentru că era însărcinată."

Faţa tatălui meu era acum ca şi a leului curajos, îndurând lipsa chinuitoare a dragostei materne.

Stările sufleteşti schimbătoare ale mamei mele erau la fel de greu de suportat ca şi expresiile la fel de schimbătoare ale fetei ei. Bunul sau răul îl mistuia cu aceeaşi dimensiune ca şi omul obişnuit. Dar cu zâmbetul ei nurliu atrăgea pe oricine. Zâmbea dacă tatăl îi închidea uşa în faţă, dacă

vorbea cu cumpărătorii ei sau dacă încerca să scape dintr-o situaţie chinuitoare. Susţinea cu multă tărie că orice se poate rezolva, doar s-o iei cu încetişorul, în joacă. Închipuirile ei de actor le transpunea în realitate, în timp ce privea în depărtare, dar niciodată nu a explicat cum se transforma reveria în realitate. În prăvălia ei era înconjurată de femei care nu veneau atât după zahăr sau sare, ci mai mult ca să îşi împărtăşească bucuriile, necazurile.

Mama avea cincisprezece ani când şi-a pierdut tatăl. Tatăl ei murise, dar în sufletul ei trăia tot timpul dragostea cu care a înconjurat-o. Mai târziu dragostea pe care a simţit-o pentru tatăl ei, a transpus-o în dragostea pentru tatăl meu.

"La început tatăl vostru era cu totul altfel", ne povestea. "Când l-a salvat pe căţeluşul meu iubit pe care îl aveam încă de la tatăl meu, atunci m-am îndrăgostit de el. Abia mai târziu a început să dea cu picioarele în el şi să nu-l mai suporte în jurul meu. Ăsta este destinul femeii", îşi spunea mai degrabă sieşi. "Dar nu este voie să ne consolăm, trebuie să ne adaptăm situaţiei, ca să o putem suporta. " În momentul următor se grăbea spre gramofon - care era primit tot de la bunicul - îl învârtea cu multă pricepere cu una-două mişcări şi deja răsuna muzica, iar ea dansa zâmbind Charleston. "Haideţi, învăţaţi şi voi", ne chema ea. Uneori dansa şi tata cu ea, în asemenea momente îşi spuneau "aurul meu". "Vino, Aurul meu", îl chema mama. Tatăl venea întotdeauna, simţind că fericirea lui era numai mama. Atunci mi-ar fi plăcut să opresc timpul în loc şi să rămân în spaţiul acela, dar aceste clipe, într-un fel sau altul se spărgeau întotdeauna.

Se spărgeau ca şi Madona, care ani de zile a stat deasupra patului mamei mele. Era o Madonă deosebită, pictată de foarte multa vreme. Când mama zâmbea, îmi spuneam că seamănă cu ea. Bineînţeles ştiam că este din lut, dar atunci când am văzut-o în bucăţele pe jos, am gândit ca aşa mă vor sparge şi pe mine dacă nu voi avea grijă. Tatăl a aruncat cu ceva înspre pat, poate voia s-o nimerească pe mama, dar a nimerit-o pe Madona. Din cauza firii mele rebele, mama avea cele mai multe probleme cu mine. De multe ori trebuia să mă caute: din locuri de neînchipuit pentru ea, ajungeam acasă târziu, înfometată, plânsă, cu hainele rupte. Atunci eram bătută, ameninţată cu şcoala de corecţie, nu



puteau înţelege că pot fi un copil atât de rău. Degeaba plângeam cerând iertare, promiţând că nu voi mai fi rea niciodată. Mama mă îndepărta de ea mereu, mereu: "Du-te, du-te de la mine! Nu te mai iubesc! " Dacă eram foarte necăjită, scăparea era la mătuşa mea, singura soră a mamei. La tanti Eszter, îmi plângeam toate necazurile. Ea nu mă certa niciodată. Mă iubea necondiţionat. Mă mângâia, mă consola.

"De ce nu eşti tu mama mea? ", o întrebam de foarte multe ori. "Cu tine nu îmi este frică niciodată. În faţa ta nu trebuie să mint niciodată. "

"Na.... na...", mă liniştea ea. "Când o să creşti, când o sa devii fată mare, atunci ai să înţelegi totul.

"Dar când? ", întrebam, "Când? Şi până atunci ce o să fie cu mine? "

"O să vorbesc cu mama ta să te lase seara la mine, la studii biblice. O să înveţi un pic de la noi despre dragoste, bunătate. Aici poţi să vorbeşti, să cânţi, lucruri care ţie-ţi plac foarte mult". Ca întotdeauna, mă linişteam în braţele ei vindecătoare.

Au început anii de şcoală, mersul cu trenul până acolo, anii de nu-mi-place-să-învăţ. Netrecutul materiilor, corigenţe, groaza de matematică. Trebuia dus şi acasă carnetul de note. Eram tristă, plină de frică. De ce sunt atât de cruzi adulţii? De ce sunt atât de severi? De ce mă pedepsesc pentru ceea ce nu înţeleg? Pe tren, de la şcoală până acasă, de la Karcag până la Madaràs, drumul era îngrozitor de lung. Din uşă, mama vedea faţa mea exprimând nereuşita. Începea să plângă, zguduită şi cuprinsă de isterie, să-mi spună că Dumnezeu a pedepsit-o cu mine.

"Învăţătura, ordinea, nu-ţi place, dar băieţii, ăştia, da. Cu ăştia ştii... ştii ce trebuie să faci. " Tatăl meu se ascundea în cărţi, lăsându-i loc mamei pentru dramă.

"De ce nu poţi să fii ca şi sora ta? Ea este un înger, şcolar de frunte, suntem foarte mândri de ea. Profesorii o iubesc. Şi cât de frumos cântă la vioară! Şi tu rămâi corigentă la matematică! Spune, nu îţi este ruşine? Nu se crapă pământul sub tine? "

Şi eu mă ruşinam, dar nu de mine, ci de ea. Ne ruşinam una pe cealaltă. Minte, îmi spuneam, vioara este de două luni amanetată, dar tatăl nu ştia, precum nu ştia şi multe altele. Drama se apropia de sfârşit. Lacrimile mamei secau. În aceste situaţii, se apropia sfârşitul plictisitor...Cu minciunile obişnuite pe care eu trebuia să le spun. Că

începând de mâine o să încerc să fiu fetiță cuminte, să fiu ca şi sora mea şi de mâine începând, am să iau foarte în serios învățătura.

Uram aceste sentimente duplicitare. Şi eu îmi doream să aparţin grupului lor. Aş fi dorit să fiu aşa cum îmi cereau ei mie, dacă nu pentru altceva, măcar pentru starea de liniște a casei, a familiei. Şi totuşi, îi condamnam din toată inima mea, urmărind zilnic drama căsniciei lor. Erau atât de departe de acei părinți pe care mi i-aş fi dorit, pe cât de departe eram eu de copilul pe care şi l-ar fi dorit ei.

Poverile duplicității sufletului meu le puteam suporta doar aşa, dacă îmi păzeam din lăuntru lumea mea şi, în afară, îmi arătam superioritatea. Dar cum îmi puteam crea superioritatea?

"Laudă-l pe nebun, şi te va urma oriunde", s-a dovedit adevărat proverbul. Am început să-mi laud sora, mama, iar mai târziu pe toți oamenii în general. Sora mea era puțin plinuță, dar eu o asiguram că poate mânca liniştită, căci şi aşa este destul de slabă. Din acest moment mi-a devenit prietenă. Şi cu mama s-au îmbunătățit relațiile. "Vezi, acum pot deja să mă bizui pe tine", mi-a spus nu o dată.

Constrângerea mi-a pus prima mască.

Au trecut anii...

Viața mea, ca şi dispozițiile mele sufleteşti au început să se schimbe radical. Am dat rămas bun dramelor şi cu permanenta mea bună dispoziție m-am linguşit în inimile oamenilor. Atenția mea era îndreptată spre toți şi toate. Ce uşor era! Cât de mult s-a uşurat totul! Am devenit complicea mamei. M-au primit în rândul lor. Când am învățat să mă adaptez familiei, a izbucnit al doilea război mondial. Şaptesprezece mutări. "Gal, dacă vă mai mutați o singură dată adresa nouă nu va mai încăpea în carnetul de elev", mi-a spus tanti Jetty.

În timpul războiului nu era cărbune. Mama tăia cu un fierăstrău mic grinzile din poduri şi ne încălzea cu acestea. Când erau aproape pe terminate, ne împachetam şi ne mutam. Ceea ce făcea mama, făcea pentru noi, aşa încât o scuzam de acuzația de furt.

Sfârşitul războiului...sute de mii de morți. Moarte, foame, inflație. Tatăl meu era dat dispărut. Vremea furtului, a împrumutului a trecut. Am început să simt responsabilitate pentru mama, pentru familie. În special pentru mama, care era din nou însărcinată. Oameni noi au



pătruns în viata mea. Speculanți, bişnițari. Făceau "comerț". M-au învățat şi pe mine. Băteam oraşele, satele. Uneori cu succes, alteori fără succes. De multe ori nu ajungeam zile întregi acasă.

Îmi lipsea mama. Patul nefăcut, masa goală, dezordinea, frigul, cearta: căminul meu.

Mama l-a născut pe Sanyika la şapte luni. Băiețelul nu a rămas în viață. Flori nu se găseau niciunde. Pe Sanyika l-am dus la cimitir într-o cutie de "Globus". Pa mânuța lui micuță am împletit o coroniță din liliac.

Mama a recunoscut ca am o mare îndemânare de a împleti coroane. Aşa, începând de atunci, am împletit coroane pe care le-am vândut până la Crăciun. De Crăciun, Moşul i-a adus surorii mele un palton de iarna, iar mie doar o pereche de mănuşi. Înăuntru era un bilețel. "Tu poți să procuri un palton nu numai pentru tine, ci şi pentru mine. "

Pe neaşteptate, tata a venit acasă. A povestit că a fost dus de ruşi până la graniță, dar el a fugit. Luni întregi s-a ascuns în păduri, case părăsite. "Acum sunt din nou acasă", a oftat el.

"Oare de ce? ", am gândit eu. Câți tați ca lumea nu au putut ajunge acasă, dar acestui om rău, care nu cunoaşte dragostea, i-a reuşit. De câte ori nu m-am rugat, sa nu-l mai văd niciodată. Am crezut că doar-doar a ieşit din viata mea, şi acum este din nou aici. Din nou va tot ofta, va tot croncăni printre noi. Ne fura aerul pe care l-am respirat fără teamă. Nu i-a lipsit nimănui. Nici mama nu mai dorea să rămână din nou însărcinată. M-am simțit puternică când mama i-a povestit că, în principal, eu am susținut familia. Încrederea în mine era sprijinită pe slăbiciunea lui. Era tulburat, nu mai voia să vorbească cu voce puternică. Era flămand, era bolnav. Plângea, acum ce se va întâmpla cu noi. Cum vom răzbi?

Chip de Leu, chip de Leu, Leu de hârtie.

Mi-a părut rău de el. Cu blândețe i-am şoptit ca îl vom vindeca, ne este necesar, şi i-am povestit planurile mari de viitor pe care le aveam. Banii îi vom investi în lucruri folositoare. Trebuie să renunțe la rotirea lui descreierată pentru că nu va descoperi niciodată perpetuum mobile. El chiar a crezut serios că îl va descoperi şi de-a lungul anilor a bâjbâit după el în camera încălzită, în timp ce ne înfometa pe noi cinci. I-am spus că cei de la sat au nevoie de maşini micuțe de decorticat orezul şi

de prăjit seminţe pentru ulei. Să investim banii noştrii în aşa ceva. Îl consolam, îl linişteam. Pe mama, după un an, au trimis-o la închisoarea din strada Marko, pentru speculă. Eu aveam şaptesprezece ani.

Zile întregi l-am căutat pe judecătorul care urma s-o condamne pe mama. Într-un sfârşit, l-am găsit. L-am implorat plângând s-o ajute pe mama. Voi face tot ce doreşte.

"Câţi ani ai? ", a întrebat. "Aproape optsprezece", am răspuns.

A doua zi, la patru după-amiaza, trebuia să fiu acasă la el. Am primit lichior de ouă. A vorbit foarte sever cu mine şi a spus: mama va ieşi peste zece zile din închisoare, ba chiar va primi şi banii care i-au fost confiscaţi, dacă sunt virgină. Am fost îngrozitor de speriată, nu mai eram sigură. Pierderea virginităţii mele a durat cinci minute. Şi după aceea, intervenţia de specialitate pe secţia de ginecologie a spitalului Rókus.

Pe mama au eliberat-o după o săptămână.

Acasă, veniturile din maşinile cele noi făcute de tata erau foarte frumoase. Mai târziu l-au constrâns pe tata să intre în cooperaţie.

Eu am rămas în Capitală. Am acceptat orice muncă. Am confecţionat turbane pentru guvernante, am fost model în gradina Epres, am dus prânzul femeilor care vindeau ziare în cinematograful City. La şcoala Nádas am învăţat coregrafie. La Darabosam învăţat stenografie şi scrisul la maşină. Banii pentru şcoală îi câştigam de multe ori la podul Kossuth unde vindeam ţigări.

Totul este doar o situaţie trecătoare, gândeam. Mai întâi termin şcoala străzii, iar restul va veni mai târziu.

Eram liberă şi fericită. Gustul alcoolului, efectul lui ameţitor încă nu îl cunoşteam. Vântul de vară îmi flutura proaspătul spălat păr blond, de sub fusta alba străluceau picioarele bronzate când intram pe uşa rotativă a hotelului Astoria, plină de siguranţă. Mă atrăgea muzica, dansul, tangoul, bărbaţii, miresmele. Îmi plăcea dacă-mi lăudau silueta, sânii.

"Buzele-ţi sunt cele mai tulburătoare. ", auzeam în timpul dansului. Dar nu i-am dat importanţă insului respectiv, dar totuşi am început să mă obişnuiesc cu el.

Apoi a început să se apropie tot mai mult de mine: Gyuszi. Horváth Gyuszi, farmacistul de la farmacia O/112. A îndepărtat intenţionat pe oricine din jurul meu.



"Numai de tine am nevoie, Jegutule, pentru că porii noştri se potrivesc. " M-a convins, a început să vadă în mine, să mă descopere.

Mi-a devenit profesor, maestru, iubit. Îi sorbeam cuvintele ca un burete. Îl admiram. Îi admiram priceperea în atingerea scopurilor, atenţiile cu care mă înconjura. Am petrecut o vară pe malul Dunării, într-o barcă.

Înlănţuiţi, am citit Jozsef Attila, Villon. Eram ameţită şi cu mine se învârtea şi priveliştea: Dunărea, barca, miresmele. Am crezut că aceasta este vara fericirii mele. Şi am crezut, că este complet a mea şi că o voi putea lua cu mine, întotdeauna cu mine, oriunde. Iarna am aflat că sunt însărcinată. Gyuszi m-a îmbărbătat: "Nu te teme, Jegutule. Îţi prepar aşa un praf care ar fi suficient pentru un cal, pentru o rusoaică. "Dar pentru mine nu a fost destul. Pe mine m-a ajutat doar chiureta. Am simţit că am golit totul din mine, chiar şi inima, cu dragoste cu tot. N-am mai vrut să iubesc din nou.

"Ştiu că nu te mai iubesc, pentru ca scriu cu uşurinţă aceste rânduri", aşa a început scrisoarea adresată lui, "Rămâi lângă unguentele tale râioase, cât mai departe de mine. "

Timpul a definit repede drama noastră amoroasă. "Nici cu el, nici fără el."

S-a făcut vară, din nou am început să ieşim pe malul Dunării, să cărăm pachetele cu cărţi. Priveam peisajul; la prima vedere, Dunărea părea la fel cu cea din vara trecută, dar mă îndoiam deja de nevinovăţia lucrurilor văzute. Fusesem deja cuprinsă de durerea uitării. După câteva zile, sunam în zadar la farmacia lui Gyuszi. Nu l-am găsit. O voce necunoscută mi-a recomandat să mă duc a doua zi la miliţia centrală. Acolo am aflat ca Gyuszi este la închisoarea din strada Marko. Anul era 1952. Acuzaţia era gravă. Preparate destinate avorturilor şi comercializate de el, stocare de mărfuri, trafic de valută. Au operat o percheziţie la locuinţa lui, unde au găsit o cantitate impresionantă de aur, dintre care, douăzeci şi opt de verighete. Mi-am privit mâna. Pe aceea nu era nici un inel. Pentru zile întregi am paralizat. Nu ştiam cum se juca rolul: "mi l-au luat". Credeam că după cazul cu mama mea, în veci nu voi mai fi nevoită să mă apropii de strada Marko.

Dar m-am aflat din nou acolo, stând la rând duminica dimineaţa, cu cămăşile curate ale lui Gyuszi. "Jegutule, cadoul cel mai frumos al vieţii

mele a fost dragostea ta. Dar acum, uită-mă. Primul tău start a fost nereuşit. ", am citit într-un bilețel pus în cămăşile lui murdare pe care mi le-a înmânat. După aceea, s-a pronunțat pedeapsa cu închisoarea: şapte ani. Şapte ani de aşteptare, şapte ani de uitare sau să mor de dor şapte ani. Aceasta era perspectiva cea mai apropiată.

Prietena mea Anna, care era deja foarte plictisită de suferințele mele amoroase, a decretat: "Na, din asta e de ajuns! Trebuie să fii printre oameni. Sâmbătă vii cu mine la o petrecere, unde vor fi foarte mulți băieți de nota zece. Îți vei găsi pe cineva care este aici şi îl vei uita pe Gyuszi, care este în închisoare. "

La petrecere, casa era plină de oameni. De băieții "extra" nu prea îmi amintesc, dar de vin, da. Lichidul acela fin, din care am băut din ce în ce mai mult şi cu cât beam mai mult, simțeam mai puțin deznădejdea din sufletul meu.

După câteva săptămâni, prietenei mele i s-a părut suspect că duc sticla prea des la gură.

Rom, vinuri. Nervoasă, m-a atenționat: "Sper, Kati, că nu acesta e medicamentul cel mai nou pentru farmacistul tău dispărut? "

"Da' de unde! ", am negat, "Am băut doar câteva înghițituri", am spus foarte liniştitor.

Necazul a început atunci când după o lună sau două m-am trezit pe malul unui râu provincial, singură, dimineața la ora cinci. Nu îmi aduceam aminte cum am ajuns acolo. Ca prin ceață, îmi aminteam seara în capitală, într-o grădină de vară, cu cel mai nou curtezan al meu şi cu un prieten de-al lui, turc. Dar ce s-a întâmplat apoi? Degeaba încercam să derulez în sens invers orele, dispăruseră din amintirea mea. M-am speriat. Trebuie să mă adun. Nu mi se potriveşte să fac o colecție de asemenea amintiri. M-am gândit la rândurile lui Gyuszi: "Jegutule, primul start nu ți-a reuşit. "Budapesta este de vină pentru totul. Aici, totul îmi aminteşte de Gyuszi. Trebuie să părăsesc locul acesta dureros: am nevoie de împrejurimi noi, oameni noi, aer nou. Într-un aer purificat de durere poate că pot începe o viață nouă. Am renunțat la postul meu mărunt de dactilografă din strada Sas. Era o după-amiază plăcută, de vara târzie. Am pornit spre Gara de Est. Eram plină de speranțe. Am amanetat tot ce aveam. Nu ştiam ce va fi cu mine, doar atât că biletul



meu era valabil până la Pecs. Stare sufletească de vagabond, toamnă târzie, munți minunați. Simțeam că mă apară, căci o dimineață întreagă au rămas tot la locul lor. Ştiam ca Gyuszi lucrează la ocnele din Beta. În adâncul inimii mele am simțit că şi eu sunt de aceea prin împrejurimi.

Când a luat ființă trustul de minerit de la Comlo, am preluat funcția de secretară. Aş fi dorit să-l vizitez pe Gyuszi, dar îmi era teamă pentru locul meu de muncă unde eram din ce în ce mai apreciată. În timpul sâmbetelor mă duceam până la Pecs. Mi-am făcut o delegație permanentă la hotelul Nador. În sâmbăta aceea, aveam foarte multă bună dispoziție. În timpul plimbării de după-amiază, fermecată de coloritul frunzelor de toamnă, m-a cuprins o bucurie cunoscută, dar de mult uitată. Seara voi dansa la restaurantul Hulam cu Laci. O meritam. De luni de zile nu mi-a mai fost gândul la alcool şi în seara aceasta voi avea grijă. "Du-te numai", îmi şopteau vocile interioare. "Distrează-te un pic, îmbrăca-te cu costumul acela negru atât de şic, cu pulovărul negru, ştii aşa...fără sutien. Du-te numai! ", mă îndemnam.

La Hulam, perechile deja dansau. Mirosuri cunoscute, cântece cunoscute, dar bineînțeles, asta nu era Astoria. Laci m-a salutat deja din uşă. Lângă el era un băiat de înălțime medie, brunet, slab. Dantura lui, albă ca zăpada, a strălucit în timpul prezentărilor. Ochii albaştrii, înfundați, obrazul de copil fără apărare l-a divulgat: Îi plăceam. S-a aşezat la masa mea. Pare a fi un copil nehotărât, mă gândeam în timp ce îmi furişam privirile spre el. Îi priveam fața cu trăsături frumoase, apoi mâinile. I-am observat degetele îndepărtate. M-a străfulgerat într-o clipă gândul cât de uşor va fi să alunec printre aceste deschizături.

M-a rugat sa îi beau şi romul lui, pentru ca el nu are voie să bea alcool. I s-a interzis de medic, pentru că tocmai suferise de o hepatită.

"Acum", am decretat după cel de-al treilea rom, "afară cu tot ce ai. "Fără cuvinte, şi-a îndreptat mâna spre buzunar. "O, nu", l-am liniştit, "nu mă interesează ce ai în buzunar, mă gândeam la gândurile tale de viitor. A rămas surprins. "Dar de ce credeți că am planuri de viitor? " "Pentru că este evident. Se vede pe fața dumitale aproape feminină..." "Da, aveți dreptate, am jucat şi roluri feminine", m-a întrerupt. "E adevărat, caut pe cineva, pentru că ştiți, ultima mea poveste cu Ilona.... "Atenția mea s-a îndreptat de la Ilona spre muzică, melodie, cântăreți.

"Ştiţi, am fost şi căsătorit un an şi jumătate", i-am auzit glasul, "am o fetiţă de trei ani, dar eu nu mai doresc să fiu bărbatul din acea casă. "

"Dar de ce? Unde doriţi? ", l-am întrebat.

"Poate la dumneata", mi-a răspuns.

Mai târziu m-a luat de braţ la o plimbare la marginea oraşului, iar eu nu m-am mai îndepărtat de el. I-am suportat şi mângâierea. Dar sus în hotel, nu mi-am mai amintit nici numele lui, nici sărutările lui.

Într-o seară l-am găsit aşteptându-mă febril în faţa locuinţei mele. "Era necesar să vin să-ţi mărturisesc că m-am îndrăgostit de tine. N-am întâlnit niciodată o persoană asemănătoare cu tine. Eşti curajoasă, nu te temi de sentimente. Nu vreau, nu pot trăi fără tine. În mână avea un caiet de dimensiuni mari. "Tot ce este scris aici, este scris pentru tine. " L-a aşternut în faţa mea, ca pe dovada cea mai de preţ a dragostei lui.

"Necazul este numai unul", am răspuns oftând din rărunchi. "Nu sunt liberă sentimental. I-am dăruit inima farmacistului Gyuszi. Şi degeaba mi-o doresc înapoi, n-am dobândit-o încă. " L-am mângâiat să nu se necăjească, iar mâna mea a alunecat spre o rană închisă, sub bărbie.

"Asta ce este?", am întrebat. "Un accident foarte vechi, din perioada adolescenţei mele. S-a întâmplat când aveam paisprezece ani. Împreună cu doi prieteni buni, am vrut să ne înrolăm în Legiunea Străină. Am furat o maşină de la locul de muncă al tatălui meu, dar am pierdut controlul volanului la al treilea colţ de stradă şi am intrat într-o vitrină. S-a spart totul, şi bărbia mea, şi maşina. Era stare de asediu, război. Din cauza stării de asediu, cazul meu nu a fost judecat de un Tribunal Juvenil. Am primit o condamnare mai severă. Am fost în închisoarea din Cegled. După război, m-au eliberat. Am reînceput şcoala, dar m-au dus din nou la închisoare, cazul meu nu era închis. Apoi din nou acasă, apoi din nou la închisoare. A fost înfiorător. Mi-au povestit colegii de clasă: profesorul spunea: "Matinee! ", iar ei răspundeau: "Şade. " "Ridicaţi-vă, va rog", spunea profesorul. "Şade la închisoare", răspundeau ei.

"Cel puţin aici am trecut de problema închisorii", am gândit.

Ştefan era inginer electro, dar numele îl simţeam străin. Aşa ca l-am alintat Gabi, în speranţa că ne vom apropia mai bine unul de celălalt.

În fiecare seară, ne plimbam ţinându-ne de mână prin ceaţa tăcută din Kököni... Doar aşa, fără nici un ţel. Simţămintele mele le-am încredinţat



strângerilor de mână. Ce mâini diferite aveam! Oare mâna mea se simte undeva acasă în mâna lui? "Povesteşte-mi despre tine", l-am încurajat.

"Tata a murit timpuriu", şi-a început povestirea, "a avut cincizeci şi trei de ani. Băutura l-a distrus. A băut foarte mult. Avea grijă de familie, de mine, de sora mea mai mare, de mama, dar nu-l iubeam când era băut. În asemenea clipe mă ascundeam de el, îmi era teamă de el, nu-l credeam că ne iubeşte. Deşi precis ne iubea... aşa cum ştia, în felul lui, dar pentru mine nu era niciodată destul. "Cât de asemănător ne este şirul vieţii, cu dorinţe neîmplinite, cu lipsa permanentă a dragostei, tragedia noastră era comună. Şi asta chiar ne-a legat unul de celălalt. Doi infirmi sufleteşte, ne găsim sprijin reciproc în durerea comună... Şi ne-am împlinit sufleteşte.

"Mai târziu am să-l formez, mai târziu am să-i schimb şi culoarea ochilor", mi-am promis. "Dar el acum mă vrea şi acum vrea să-l însoţesc. "I-am băut romul şi l-am plătit prin a-l asculta pe el. Am trecut sub tăcere că întotdeauna mi-a oferit altceva decât aş fi avut eu nevoie. Am lăsat ca atracţia trupească înspre el să mă împingă şi sufleteşte spre el. Am crezut ca mă cuprinde şi pe mine febra care era în sărutările cu care îmi acoperea trupul.

# CRĂCIUNUL

A sosit Crăciunul. Am plecat acasă la părinții mei. Trecuse foarte multă vreme de când am putut fi singure, doar eu și cu mama. Zile întregi mi-a aparținut doar mie și pentru ea am existat doar eu.

"Da, știu, asta iubești, să fim doar noi două", mi-a povestit. "Îmi aduc aminte că aveai 3-4 ani și te învățam să desenezi. Ai primit o coală mare de desen și am desenat împreună o casă. Bine, acuma tu singură. Ai vrut neapărat să desenezi familia noastră în casă. Te-ai pregătit și în casa aceea mare am fost numai noi două. Pe tatăl tău l-ai desenat în afara casei, la o depărtare mare, iar pe sora ta ai desenat-o pe acoperiș. Dar de ce sunt ei în afara casei ?, te-am întrebat, iar tu mi-ai răspuns: "Pentru că ei nu mai încap. Înțelegi ? Nu mai au loc..." Atât de diferită ai fost de ceilalți trei copii ai mei, încât uneori nici nu eram sigură că eu îți sunt mamă.

Ești mai norocoasă decât sora și frații tăi. Dumnezeu ți-a dăruit o energie fantastică, dar ai grijă de scopul în care o folosești. Oamenii te îndrăgesc cu ușurință pentru că ești amabilă, iute, cu dragoste de a învăța. Ai trecut hopul și în cazul Gyuszi. Bine, rău, dar greul a rămas deja în urma. Nu îți mai duc grija permanentă. "

Încrederea, dragostea mamei mele îmi erau foarte importante. Acestea îmi hrăneau puterile și mă împlineau. Doream să fie mândră de mine și dacă eu eram copilul ei deosebit, doream ca și ea sa fie mama mea deosebită. De-a lungul vieții mele să primească cele mai bune, mai frumoase lucruri din toate realizările mele.

Tata m-a condus la gară, în ultima clipă mi-a îndesat bani în buzunar. Leu cu inima bună. Acesta a fost ultimul Crăciun petrecut împreună. Nu știam că acesta este Crăciunul de despărțire.

În primăvară s-a desființat secția noastră din Komlo. Toată lumea a ajuns la Budapesta prin transfer. Și Gabi a venit cu mine, eram deja împreună.

În mai 1955, am legalizat romanța noastră la primărie. Locuință nu aveam, așa că ne-am cerut locul de muncă și cazarea în orașul Stalin. În



prima noastră locuință oficială, am simțit că am devenit femeie. Femeie măritată, care își răsucește verigheta pe deget. Să vină deci, starea noastră sufletească comună, nu numai seara în pat, ci și dimineața. Dar diminețile se alterau. Până dimineața Gabi își consuma în somn încrederea în mine și își începea scenele de gelozie. Așa simțeam că dragostea pe care nu a primit-o de la tatăl său, acum o pretindea de la mine. Devenise depresiv, palid, îl durea capul, își pipăia stomacul. Mi-a exploatat răbdarea, dragostea, atențiile, mi-a furat puterea. Au început să se arate defectele lui de fond, dar acestora încă nu am știut, nu am vrut să le acord atenția mea. Nu am avut timp. Am avut destule griji și cu mine însămi.

Tânjeam după viața mea liberă. M-a uimit că dorințele mele nu erau împlinite de viața de soție. Căsnicia a început să devină o povară, ca și tot ce ținea de ea. Nu știam nici să gătesc, nici să spăl. "Unde e cămașa mea curată? ", întreba. "Acolo unde ai pus-o", răspundeam. Chiar și cina o căuta des, dar degeaba. Uneori chiar și pe mine. Când mă plictisea viața de soție, plecam la Budapesta. Trăgeam la Astoria, la prietena mea. Dimineața îl căutam la telefon. "Nu îți fă probleme. Sunt aici la Anna". "Imediat să vii acasă", îmi poruncea, "Aici îți este locul, lângă mine. " Iar eu gândeam: "Na bine, bine, da' în fiecare seara? "

Cum am să pot eu suporta asta? Am rămas însărcinată. Acum știam că nu îmi doresc copilul, căci nici eu nu-mi găseam drumul spre casă. Cum mi-aș dori un copil, când poate nu-mi doresc nici măcar căsnicia asta? Apoi mi-am adus aminte cum mama mea m-a respins atunci când nu mi-a dorit dragostea. La fel am să resping și eu dragostea copilului meu?

# OCTOMBRIE1956

Sarcina n-am putut să o port. Am fost externată din spital în ziua când au ordonat la radio răspândirea mulţimilor. Revoluţia a început: dintr-o dată au izbucnit sentimente înăbuşite ani de zile. Oamenii au început să vorbească liber pe stradă, în locuri deschise.

Se adunau în grupuri, dintr-o dată fiecare avea ceva de făcut, se grăbeau - unii înspre moarte. Gabi, cu un coleg de-al lui, au montat pe un autobus un radio şi trimiteau semnalele lor spre Apus. "Ajutor" - cereau chiar şi în limba germană. "SOS! Ajutor!" În mijlocul lui noiembrie totul devenise fără speranţă. Pe Gabi îl căuta Miliţia. Am plecat la Budapesta, dar acolo situaţia a devenit şi mai primejdioasă. Am primit adăpost în strada Kigyo, la prietena mea Kati. Cei de acolo se pregăteau febril de plecarea spre Apus. Eu şi cu Gabor am fost nesiguri la început. Eram opt persoane la Kati. Patru bărbaţi şi patru femei. Dintre bărbaţi Miklos era evadat din închisoare. Acuzaţia era de spionaj.

Arpad era student şi din cauza participării sale la revoluţie era căutat la domiciliul său de Miliţie. Gabor şi colegul sau Istvan îşi trimiseseră mesajele spre Occident din oraşul Stalin. Istvan era logodit cu Kati; s-au căsătorit mai târziu în SUA. Ida, Edith, Kati şi cu mine ne-am pregătit sufleteşte. Eram din ce în ce mai siguri că trebuia să fugim.

Am pornit la drum în 18 noiembrie 1956. Situaţia era deja incendiară. Trebuia să dispărem din ţară. Budapesta era cenuşie şi rece. Atmosfera era încordată, plină de frică. Nu promitea nici o speranţă. Voia să ne pedepsească.

Iată-mă din nou pe cunoscuta Gara de est. Din nou plecam spre o viaţă necunoscută - spre viata noastră liberă.

La Szekesfehervar, în timp ce eram în tren, ne-a ajuns pe neaşteptate vestea că vom fi legitimaţi. Miklos nu avea nici un fel de acte la el, aşa că am sărit imediat din tren.

De aici ne-am continuat drumul pe jos, pe cărări lăturalnice, şi numai noaptea. În timpul zilei ne ascundeam în casele din împrejurimi. Toată lumea ne primea cu dragoste. Dumnezeu să-i binecuvânteze pe aceşti



oameni. Ne-au aparăt, ne-au arătat la ce sa fim atenţi, unde sunt soldaţi, mai ales soldaţi ruşi.

Într-o noapte la Sarvany, am înconjurat Rabát-ul, ca dimineaţă, cu inima strânsă, să constatăm că am ajuns în locul de unde am plecat. Ni se stricase busola.

În jurul localităţii Ácsad nu am mai putut umbla decât cu pantofi bărbăteşti. Eram irascibilă, nervoasă, cu mine au avut cele mai multe probleme.

Călăuzele noastre erau oameni cu inima largă, siguranţa lor sufletească ne-a fost de cel mai mare ajutor. În fiecare sat apărea o călăuză voluntară, care ne preda apoi următoarei călăuze. Ne despărţeam de ei cu o îmbrăţişare puternică, întotdeauna. Ei ne îmbrăţişau, ei ne încurajau, ei rămâneau.

În ultima dimineaţă am ajuns la Repcevis. Am aşteptat în grajd până ce s-au deşteptat cei din casă. În zorii zilei a apărut o femeie care ne-a vorbit liniştitor: "Veniţi în casă! Puteţi să vă culcaţi în patul meu. Eu m-am sculat şi aşa"

Ca să putem trece graniţa a trebuit să aşteptăm seara. Patul străin al femeii a fost ultima mea amintire despre Ungaria. Şi astăzi îi simt mirosul şi căldura. Numai o femeie poate face aşa ceva, să-şi împrumute patul cald; încălzit de propriul ei trup. Şi toate acestea unor necunoscuţi, unor fugari înghеţaţi. Cum se poate mulţumi aşa ceva? !

Seara, de unde, de unde nu, s-au adunat cam 150 de oameni, care ne-am aşteptat în curte, împreună, călăuza. Terenul era în întuneric deplin, înţesat de viţă de vie, iar noi înaintam bâjbâind, înghesuindu-ne unii în alţii. De departe se vedeau luminile soldaţilor de control, dacă se apropiau prea mult de noi ne lungeam pe burtă. Ne-am târât, ne-am cătărat, ne-am pierdut şi apoi ne-am regăsit unul pe celalalt. Dintr-o dată s-a aşternut o linişte profundă. Călăuza ne-a spus că putem săruta pământul maghiar, pentru ca îl vedem ultima dată. Eu mi-am luat un pic din pământul sărutat. Era 25 noiembrie, Sfânta Katalin după calendarul catolic.

În primul sat austriac ne aşteptau cu supă caldă. Din satul Pullen, toţi cei opt, am ajuns norocoşi în Viena. Prima bucurie neaşteptată am avut-o atunci când am văzut-o răsărind dintre refugiaţi pe Anna. Mai aveam încă un pumn de pământ maghiar dacă o aveam şi pe Anna aici. Împreună cu tânărul ei soţ, am pornit-o şi noi spre SUA.

# 1956 DECEMBRIE; AMERICA, AMERICA

Atât de repede s-au derulat călătoriile, evenimentele, tot ce aveam de făcut, că nici nu-mi puteam înțelege noul statut, cel de emigrant.

Petreceam primul Crăciun în America, printre oameni străini, fețe străine, străzi străine. Mirosul cunoscut al bradului mi-a adus primele dureri, recunoașterea că de aici nu mai pot, nu este posibil să fug acasă la mama mea cea mult iubită. Firul magic care mă lega de părinții mei s-a rupt, dintr-o dată eram pe dinafară de lumea mea cea cunoscută. Viața mea libera era încătușată de dorul de casă, dar în același timp mă simțeam înlănțuită și de lumea nouă, necunoscută în care intrasem. Am înțeles că indiferent de locul în care trăiesc, trebuie să-mi accept conflictele de apatrid pentru că ele îmi croiesc hotarele vieții, până când nu mi se limpezesc durerile pe care oceanul doar le-a adâncit în mine.

La distanta de 70 de km de New York în Westchester, am fost găzduiți de un cuplu căsătorit, foarte bogat. Când gospodina, după câteva zile, mi-a îndesat în mană cârpa de praf – dorea, limpede, să șterg praful – i-am dat-o înapoi. Să steargă praful cetățenii americani, m-am gândit.

Gabi a aruncat furios ziarul pe care îl citea – "Fugarii maghiari" – adus din Viena într-o sacoșă în care era toată averea noastră.

"Așa ceva numai tu poți să faci", a mârâit, "Ce rușine! Nici nu ne-am încălzit locul și vom fi deja dați afară! Și ceilalți șterg praful, încearcă să se facă utili, de ce nu poți să fii așa ca și ei? Încearcă să te faci utilă! "

Cuvinte cunoscute, de mult auzite "De ce nu poți să fi și tu ca și ceilalți? " Pe cealaltă persoană din mine nici el nu o putea suporta.

În schimb gazdele noastre cele noi, mr. și mrs. Medill, erau într-adevăr oameni de aur. La ei nu a trebuit să șterg praful. Ei ne-au ajutat necondiționat.

Într-o seară, mr. Medill m-a întrebat ce mi-ar place să fac. Gabi lucra deja atunci ca și inginer electro la Atelierele Electrice Urbane. Am îndemânare manuală, îmi place arta? Fratele lui mai mare lucra la



Muzeul Metropolitan, dacă doresc, el mi-ar căuta acolo un loc de muncă. Îndemânare manuala – mă tot gândeam și mă tot gândeam. Printre puținele mele talente recunoscute se numără desenul și lucrul de mână.

În primele luni la Metropolitan Museum am avut satisfacții de nedescris. În fața mea s-au dezvăluit o bogăție de tapițerii de epocă. Am putut privi arta manuală a trei patru secole și am simțit o dorință nemăsurată de a o putea și înțelege. Răbdarea nu a fost niciodată punctul meu forte dar acum dorința mea uriașă de cunoaștere a dat naștere răbdării necesare.

Am învățat limba engleză, buchisind pe tren, pe autobus, pe drum, în timpul gătitului, seara, dimineața, în vis. Mi-am însușit cu ușurință restaurarea tapițeriilor de perete, ba chiar am inventat noi modalități de lucru. Tot ce era în legătura cu tehnicile de restaurare mi se părea cunoscut. Așa părea de parcă într-o viață anterioară, cândva în secolul VII-lea, eu am mai văzut aceste tapițerii. S-au doar se adevereau cuvintele pe care mi le-a spus Mariska neni, profesoara mea de lucru manual, în copilărie?

"Gál, dumneata ai o dexteritate manuală ieșită din comun, poate odată în viață vei materializa aceasta însușire deosebită.

Câteva luni mai târziu am fost lăudată pentru degetele mele îndemânatice, pentru modul în care ochi, fețe, trupuri, prindeau viață sub degetele mele. Mai târziu, când am stăpânit limba engleză, m-am înscris la colegiul Hunter, urmând cursuri despre arta evului mediu. Așa am învățat despre originea tapițeriilor, despre perioada lor de glorie din secolele XIV, XV, XVI. Prima dată au început să fie colecționate de francezi și belgieni.

Când regele le-a vizitat orașele, casele de pe străzi erau împodobite pe întreaga fațadă cu uriașe tapițerii de perete. În secolul al VIII-lea s-a renunțat la coloritul natural din plante, pentru că fierberea lor (unele erau toxice) a cauzat moartea multor artiști. A început vopsitul chimic, dar culorile din plante n-au putut fi niciodată imitate; acestea din urma rămânând frumoase chiar și după decolorare. Vopselele chimice nu numai că se decolorează urât, dar distrug și firul de mătase. Primele centre de tapițerie au fost la Arras și Tourn, în perioada gotică când țesăturile aveau teme religioase, iar mai apoi și din mitologie. Arras a

devenit centru francez iar Tour, flamand. (Belgia de astăzi). Atelierele manuale de goblen, tapițeriile de goblen au înflorit cel mai mult în timpul Regelui Soare. Mai târziu am ştiut să le recunosc foarte uşor; devenind specialistă în autentificarea goblenului Verdure italian, flamand, al carpetelor şi goblenului de Aubusson. Mitologia am învățat-o de pe țesături. Penelope a devenit îngerul care mă aştepta, aşteptâdu-l pe soțul ei Ulise. Mândră şi cu bucurie restauram covoarele care nu puteau fi evaluate în dolari (terminate, aveau 10-15 m), şi când erau gata o voce interioară îmi şoptea: "odată vei ajunge şi tu. "



# EMIGRAREA INTERIOARĂ

Apoi a început emigrarea interioară, cea a căsniciei noastre. Cei câțiva ani de menaj, nici nu s-au îmbunătățit, nici nu s-au înrăutățit. A rămas la fel, nu s-a schimbat nimic, nici încolo nici încoace. Dacă privesc cu sinceritate evenimentele din viața mea, trebuie să recunosc că acasă mariajul mi-a fost salvat de revoluția din 1956, iar aici mi-a fost salvat de Statele Unite. Pentru că în SUA în perioada 57-61 s-a ținut foarte mult la imaginea poporului american. Chiar şi în emisiunile TV, divorțul era un subiect tabu. Femeile nu divorțau, nu se angajau, chemarea lor era căsnicia, creşterea şi educarea copiilor.

În această perioadă femeia realizată, singură, pe picioarele ei, fără soț, era de neconceput. Şi iată aşa căsnicia mea şi-a continuat drumul. Gabi găsea nişte modalități deosebite de a ne sabota căsnicia. Neputințele şi le-a sprijinit de persoana mea. Nu vroia să vorbească despre ele, şi şi-a tras peste stările depresive o cortină de fier care purta numele: "nu sunt înțeles". Încercam să ne provocăm certurile cu tăceri prelungite sau cuvinte jignitoare, şi ele sfârşeau prin a scoate ce era mai rău în fiecare.

Trupul meu tânăr se înfierbânta. La chemarea mâinii lui, imediat după cină, uitând de baia de seară, mă strecuram în pat, ca să-l iubesc, să-i înmoi îndârjirile, şoptindu-i frumos şi liniştit la ureche. Speram să-i pot topi cortina de fier cu dorința mea arzătoare.

În asemenea momente, am simțit că mâna care mă îmbrățişa devenise nesigură, din răspunsurile pe care mi le-a dat am descoperit că oricum nu mă înțelege, nu mă înțelege nici astăzi, aşa cum nu m-a înțeles nici ieri şi aşa cum nu mă va înțelege nici mâine. Nesiguranța îmbrățişării lui provenea din modul în care în copilărie fusese respins de brațele mamei. Altădată trăiam în starea febrilă al lui: te iubesc - nu te iubesc.

La modul inconştient Gabi căuta în mine o mamă grijulie, o femeie care să-i înțeleagă neputințele lui, fricile lui şi să-i şi gâdile vanitatea. N-am cunoscut dragostea dezinteresată, a cărui fundament este încrederea şi respectul reciproc. Ar fi fost bine dacă trunchiul dragostei ar fi fost

atât de puternic încât să-i crească crengi frumoase şi libere, separate - separate, dar cu puterea lor unită să hrănească rădăcinile acestui copac. Dar nu aşa s-a întâmplat la noi. Astfel încât am rămas să ne chinuim unul lângă celălalt. La amândoi ne părea rău, chiar imposibil să părăsim certurile noastre, vechi de ani de zile, să schimbăm totul pe o speranţă deşartă, că la un moment al vieţii noastre nu vom fi ţinuţi laolaltă doar de lucrurile cumpărate împreună.

Şi aşa s-au înlănţuit firile noastre slabe, autodistrugătoare. Şi eu mă temeam că singură m-aş pierde, aşa încât îl purtam după mine. Inconştient ştiam, chiar dacă la modul conştient negam, că trebuie să mă lupt cu mine ca şi cu alcoolismul ţipit din mine, pentru că voinţa mea era doar vremelnic câştigătoare.

Într-o dimineaţă de primăvara timpurie mă plimbam pe Madison Avenue. Soarele lumina uriaşii zgârie nori şi prin strălucirea pe care le-o dădea părеau şi mai înalţi. M-a cuprins dorinţa de a fi atât de puternică ca şi Soarele. Mi-ar fi plăcut să pot ieşi din propria-mi piele, să ajung până în vârful zgârie norilor.

Sigură pe mine, îmi pipăiam cele o sută de cărţi de vizită din buzunar pe care doream să le distribui chiar astăzi. Pe cartea de vizită am scris cine sunt şi cu ce mă ocup:

CATHERINE: COVOARE RARE ŞI TAPIŢERII DE PERETE - cumpăr, vând, restaurez textile foarte vechi, cu garanţie.

De câteva săptămâni am luat hotărârea să am o afacere a mea proprie. Sursa de putere a fost slăbiciunea soţului meu în momentul în care mi-a devenit clar faptul că el doar reacţionează în faţa evenimentelor vieţii în loc să acţioneze.

Am păşit deci singură în lumea cea mare, pentru a-mi încerca norocul, pentru a da chip viselor mele: o galerie particulară de tapiţerii de perete în New York. Am părăsit Muzeul Metropolitan liniştită, împăcată, înconjurată cu prietenie. Am încercat să explic cu engleza mea aproximativă, că trebuie sa plec, ceva mă atrage, ceva mă împinge, aş dori să încerc singură o afacere.

Am pornit pe străzile New York-ului cu mult elan, intrând şi contactând toate magazinele mari de antichităţi şi decoraţiuni interioare. Ofeream cartea mea de vizită cu zâmbetul pe faţă, ca apoi din uşă să-mi



întorc uşor privirea pentru a vedea ce se întâmplă cu cartea mea de vizită. Dacă vedeam că era aruncată în cutia de gunoi, îmi notam adresa: aici va trebui să vin din nou cu o carte de vizită nouă. Era adevărat, era deja martie, dar începuse, pe neaşteptate, să îngheţe din nou. "Indiferent că plouă, suflă vântul, bate soarele, tu trebuie să îţi cauţi un mijloc de existenţă" - mă încurajam singură.

Îmi era tare frig, era frig şi vântul îmi îngheţa oasele. Frigul acesta mă făcea să-mi retrăiesc o stare de demult simţită, acasă, la Budapesta, în strada Sas. Gazda la care locuiam mi-a cerut să-i aduc o cană cu ulei. Am dus cana fără mănuşi. Mi-au înţepenit degetele, am încercat să le apăr fără rost cu manşetele paltonului, altfel mi-ar fi degerat. Nici atunci la Budapesta nu aveam unde să muncesc, viaţa părea fără nici o perspectivă, ca şi acum aici în New York. Care-i diferenţa? m-am întrebat morocănoasă. Strada Sas sau Madison Avenue sunt atât de la fel, dacă existenţa mea este nesigură. Singura diferenţă este că acum am şi mănuşi? "În America dolarii sunt împrăştiaţi pe stradă, trebuie doar să te apleci să-i culegi. "

Într-una din zile am avut un noroc deosebit. Aveam audienţă la Mr. Milton, director executiv al France&Co. Tapiţerii, care se ocupa cu restaurarea tapiţeriilor cât mai vechi şi cât mai valoroase. Încercasem de mai multe ori să ajung la ei, dar nu-mi reuşise până acum. Reuşisem să ajung până la portar. Aproximativ a cincia încercare a fost încununată de succes, şi am ajuns faţă în faţă cu Mr. Milton.

Robert Milton - toata lumea îl striga Bob, chiar şi eu mai târziu - era un om deosebit. Înalt, cu o faţă frumoasă, care iradia lumină. Când păşea într-o încăpere, cu energia lui aproape palpabilă, probabil că temperatura camerei înregistra câteva grade în plus. Când îl priveam în ochi prin ochelarii lui, privirea lui exprima o înţelegere specială a lucrurilor.

France&Co. aparţinea celor trei fraţi Milton. Cel mai în vârstă, Michel, era specialist în decoraţiuni interioare şi expert în pictură, Tracy, mijlociul, era expert în mobilier antic, iar Bob se ocupa de tapiţerie. Tatăl lor a început negustoria la începutul secolului, cu sacul în spinare. De fapt avea un cărucior ambulant cu care vindea pe stradă primele mătăsuri aduse din China şi catifele rare.

Pe fii lui i-a trimis deja să studieze în Europa, să învețe limbi străine, comerțul, istoria artelor, stilurile renascentiste. Cu averea lor uriașă, ei trei au pus bazele companiei France&Co., comerțul lor devenind internațional, printre cumpărătorii lor numărându-se nume ca Rockefeller, Ford, Hurst şi toate muzeele cu renume.

Bucuria îmi strălucea pe față, când ajunsă afară în stradă, strângeam la piept prima comandă de tapițerie, pentru o restaurare de probă. Mă priveau oamenii. Poate că zâmbeam de una singură, amintindu-mi scurtul schimb de cuvinte avut cu Mr. Milton. Îngrijorat, el m-a întrebat dacă sunt atât de pricepută în restaurare, după cum mă laud. "Aceasta este o piesă minunată din secolul VIII, o carpetă Boucher, vă dau o parte, aş dori să văd ce puteți face. Florile țesute cu fire de mătase se destramă deja, sunt curios dacă le puteți restaura în culorile originale şi modelul inițial. "

"Credeți-mă, Mr. Milton", l-am liniştit, "am să termin piesa aceasta cât de repede se poate, şi când va fi gata veți putea nu doar să admirați forma florilor, ci să le mirosiți şi parfumul! "

"Asta este foarte bine, dacă sunteți atât de sigură pe dumneavoastră! "

Eram foarte mândră că am reuşit să fac primul pas, că poate voi păşi şi eu în rândul femeilor moderne, care ştiu ce îşi doresc şi ştiu să ajungă la ce îşi doresc fără să se sprijine pe bărbații lor.

În drum spre casă, în tren, am început sa-mi ordonez gândurile. Mi s-a părut prudent să-mi duc acasă doar jumătate din fericire. Chiar şi aşa putea fi prea mult pentru soțul meu. Încă îmi răsunau în urechi cuvintele lui, când am părăsit muzeul: "Na, te-ai aranjat minunat, să laşi aşa un serviciu... îmi stă mintea în loc, poți să te bucuri dacă ai să găseşti un loc de femeie de serviciu. "

Competiția, ambiția, voința mea extraordinară l-au speriat, deşi chiar din cauza lor s-a îndrăgostit de mine în urmă cu ani de zile. Poate dacă voi vorbi doar despre bani, va merge totul strună, încercam să mă liniştesc. Pentru că dacă vorbeam despre bani, pacea se aşternea întotdeauna între noi. Amândoi iubeam foarte mult banii, banul era unul din elementele care ne ținea foarte strâns, amândoi ne doream să avem din ce în ce mai mulți bani. Lui îi plăcea să-i cheltuie, îi plăcea frumosul, obiectele de lux, mie îmi plăcea să-i adun, să-i ascund, să-i țin



în secret. Îmi aminteam mereu ce primisem când, în urma unui interviu televizat a lui Marry Kay, care îşi dobândise singură milioanele de dolari prin afacerile cu cosmetice, am ascultat-o spunând ce trebuie să învețe o femeie modernă despre anii vieții: " O femeie la treizeci de ani, trebuie să fie chic, la patruzeci de ani să fie sexy, iar la cincizeci de ani să fie murdar de bogată. Pentru că banul este cel de-al şaselea simț, şi dacă nu îl ai, nu le ai nici pe celelalte cinci. "

* * *

1958-1963 au fost anii square şi hippi. Square era reprezentat prin pâinea albă Wonder, orașul cu grădini, gărdulețe din lemn alb vopsit, muşcate roşii în ferestre, în garaj maşină mare Kombi, familia americană tipică: tata, mama, un băiat, o fată ... Eisenhower ...pantaloni din flanel gri pentru bărbați, pantaloni colanți pentru femei, Debby Renold, Pat Boone şi ziarul de sâmbătă seara POST.

Hippi era deja mai periculos dar îşi avea farmecul lui în Greenwich Village. Tobele africane, teatrele mici cu repertorii avangardiste, săli de expoziție cu găuri mari în pereți, barbă, umblatul desculț, marijuana, cercei mari zdrăngănitori din argint, tot ce adera la moda beat.

Şi noi, prima casă, ne-am cumpărat-o într-un orăşel cu grădini, la 70 de km distanță de New York. Era o splendoare de căsuță de tip californian, cinci camere, garaj, gradină înconjurată de un gărduleț vopsit în alb.

Aici mi-am amenajat primul studio de lucru, şi aici am început să lucrez cu multă râvnă. Cu Mr. Milton a început o colaborare lungă, fructuoasă. Mi-a încredințat pentru restaurare tapițerii din ce în ce mai valoroase. Ne-am îndrăgit reciproc foarte mult. Îmi lăuda posibilitățile într-un mod neobişnuit de mult. Atâta bunătate şi dragoste am primit de la el, încât am înflorit sub aripile lui. Uimindu-mă prin cunoştințele lui, am primit puteri noi, respirând în permanență energie creatoare.

# PRIMAVARA LUI 1962

Prima mea galerie am deschis-o în New-York, pe renumita Madison Avenue. Pe vitrina mea uriaşă mi-am scris numele de trei ori mai mare decât ar fi fost firesc. " De ce, a întrebat pictorul, de ce aşa litere uriaşe ? " " Pentru că eu nu mi-am moştenit numele, eu trebuie să mi-l creez ! "

Ne-am mutat în New-York pe strada 57, aproape de galeria mea. Casa din Westchestershire am vândut-o şi în schimbul ei am cumpărat în Connecticut, o casă de vis, pe malul unui lac.

Au trecut şase-şapte ani, copii nu am născut, n-am scris nici poezii, n-am plantat nici un copac, dar am cumpărat o scumpete de cățel fox-terrier. Klio îi era numele. Klio se plimba foarte fericit şi pe străzile din Manhattan, ca şi pe malul lacului unde ne petreceam sfârşitul de săptămână.

Gabi s-a schimbat decisiv de-a lungul acestor ani. Se opunea tot mai rar ideilor mele. Devenise mai liniştit. Mi-a cedat locul din față. Ştia foarte bine că aşa îi merge lui mai bine. În definitiv el considera principale trei lucruri: cum arătăm noi, ce gândesc oamenii despre noi şi câți bani se adună în contul nostru bancar.

Când am reuşit şi eu să gândesc aproximativ ca şi el, am rămas cât de cât împreuna pe scenă, şi parcă era un pic mai bine. În asemenea momente nu reuşeam să-mi clarific de ce nu-l iubesc. Dar cauzele acestea ar fi trebuit să le ştiu, ele m-au eliberat, ele mi-au adormit sentimentele de vinovăție, căci el nici nu putea fi iubit, şi aşa sufletul meu rămânea liber.

La sfârşitul săptămânii casa era plină de prieteni, de musafiri. " Ei, ce spui de reuşita soției tale, în Madison Avenue? ", îl întrebau în glumă pe soțul meu, iar el îl cita râzând pe Andy Warholt, după a cărui părere oricine poate fi celebru timp de cincisprezece minute. " Acum steaua a răsărit pe cer pentru Kati, dar cine ştie cât va sta acolo sus. "

În 1964 i-au lăsat pe părinții mei să ne viziteze în SUA, pentru şase săptămâni fericite. I-am dichisit pe amândoi, i-am îmbrăcat, i-am legănat



tot timpul cu dragostea mea, i-am răsfățat cu o mulțime de cadouri, i-am copleşit cu evenimente de neuitat. Am trimis-o pe mama la un client foarte bogat din Park Avenue, care avea nevoie de câteva mici restaurări în țesăturile antice pe care le avea. Îmi amintesc cât a fost de fericită când şi-a numărat dolarii şi a realizat că ea a câştigat într-o săptămână venitul lui Kadar dintr-o lună. Eram din nou doar noi două, mama şi eu...dar ea nu uita să-mi amintească permanent: " Nu uita, eu mai am acasă trei copii! " Degeaba îi explicam că eu am nevoie într-adevăr de ea, ca eu sunt singură aici... I-am organizat un party maghiar, unde ne-am adunat doar noi femeile. Tata a rămas afară în căsuța de vară. Când s-a terminat totul am întrebat-o pe mama: " Na, cum a fost, cum te-ai simțit? " " Bine, bine...", îmi tot repeta. "Ei, şi? Ei, şi? ", am întrebat. "Ei, şi ", a venit răspunsul, " bunul Dumnezeu a ştiut pe cine trebuie să trimită în America. Chiar şi dintre copii mei, dintre ei toți şi dintre fetele mele, tu eşti cea mai deosebită! " Aceste cuvinte erau sosite din rai, erau recunoaşterea ei, aveam în sfârşit loc în lume, mama m-a recunoscut.

În vara lui 1965, fetița soțului meu, pe care amândoi nu am mai văzut-o de nouă ani, a venit să ne viziteze. Sărăcuța de ea, arăta oribil! Avea 13 ani, era grasă şi era plină de coşuri. Fața ei neîngrijită trăda că acasă, unde locuia cu frații vitregi, ea avea la discreție doar pâinea cu untură. Mama ei îşi dorea ca fetița să rămână la noi un an, ca să învețe limba engleză. Dumnezeule, Dumnezeule, dar ea nu ştia să vorbească corect nici limba maghiară.

Prietena mea, Virginia, psihiatra, mi-a împrumutat o carte cu titlul "Cum să fii un părinte vitreg bun". Conform cărții o mamă vitregă trebuie să-şi înceapă experiența printr-o schimbare de înfățişare exterioară. Părului meu, care era blond, i-am dat o nuanță mai deschisă şi m-am apucat de studiul mamei vitrege perfecte, noțiune care părea lipsită de perspective pentru toată lumea, la început. Maternitatea nu era lucru uşor de învățat, chiar şi maternitatea vitregă, dintr-o carte pe care în final am şi aruncat-o. Voiam să fac ceva din inimă şi nu din carte. Nici lui Gabi nu îi erau prea limpezi noile atribuții de tătic. Nu ştia ce să facă cu sentimentele care îl cuprinseseră. Primea noi sarcini, era foarte derutat cum să-şi recâştige instinctul de tată, care părea pierdut. L-am ajutat, am hotărât să nu discutăm de față cu copilul problemele noastre.

Încercam pacea.... liniştea. Zsuzsika a fost trimisă la o şcoală de stat în strada 54. Învăţa repede, era pricepută: pe măsura ce kilogramele se topeau de pe ea, sub ele am găsit o fetiţă minunată. Regula a fost contrazisă, mama vitregă a reuşit. Viaţa noastră a dobândit dintr-o dată un curs ascendent. Starea noastră materială devenea din ce în ce mai bună. Din afară se vedea că noi acum am reuşit într-adevăr. "They made it! ", au spus prietenii noştii americani, "Uşor pentru voi", au spus prietenii noştri maghiari.

În perioada aceea a apărut un best-seller a lui Elia Kazan, numit "Învoiala", în care Elia încerca, de dragul fetiţei lor vitrege, să-şi salveze căsnicia care dura de 18 ani. "Nu reuşea nicicum să o simtă pe Judith ca fiind parte adevărată din el, deşi a încercat din răsputeri de-a lungul anilor, dar sângele lui se opunea, sângele lui pe care îl căuta degeaba în Judith. " M-am recunoscut, dar am învăţat cum să îndepărtez acest sentiment.

În galeria de pe Madison Avenue a intrat viaţa. Foarte multe lucruri le pot mulţumi French Co. -ului. Robert m-a introdus în cercul cumpărătorilor europeni, m-a recomandat la muzee mai mici sau mai mari, eram plini de comenzi şi spaţiul galeriei a trebuit lărgit. Am preluat ucenice maghiare şi franceze. Am cumpărat la licitaţiile săptămânale tapiţerii în starea cea mai rea, goblenuri "aubusson" deteriorate, apoi le-am restaurat şi le-am vândut cumpărătorilor privaţi.

Într-o dimineaţă a intrat într-o galerie un bărbat belgian. Nu l-am luat în serios când s-a interesat de preţuri, pentru că dădea mai degrabă impresia unui turist, cu engleza lui aproximativă, îmbrăcat într-o bluză roşie, rulată pe gât. După o scurtă tăcere m-a anunţat că îl interesează toată marfa mea, vrea să cumpere totul. I-am vândut totul, chiar şi piesele ce nu putea fi restaurate şi în timpul acesta am aflat că am de-a face cu un foarte bogat om de afaceri. După-amiază, la ora 2, încă mai împachetam şi încă-mi număram banii. Am avut o zi reuşită. Acasă am aşternut dormitorul nostru cu bancnote de 100, de la perete la perete. "Surpriză, surpriză", l-am chemat pe soţul meu în cameră. Aşa i se putea cumpăra buna dispoziţie, tandreţea. Dar chiar şi acum, nici unul din noi nu a realizat că micul lui salariu de inginer erau de fapt banii lui de buzunar, pentru că eu câştigam cel puţin de 10 ori mai mult. Nu-l lăsam



să facă cumpărături decât în magazinele de pe Park Avenue. Îl lămuream "...pantalonii gri pe care îi iei de acolo te fac să pari mai înalt". Completam cecurile pentru o maşină Thunderbird sport pentru că în ea părea mai sexi, mai tânăr, completam un cec pentru motorul cel mai performant de pe malul lacului ca să poată întrece pe oricine. Începusem să ne spunem la modul reflex :"Tu eşti totul pentru mine. "Alţii spuneau "Sunteţi sexi împreună. Împreună am cântat şlagărul cel mai nou :"dragostea noastră este aici pentru a rămâne. "

În 1969 firma la care lucra soţul meu l-a trimis pentru trei, patru săptămâni la Milano. Iniţial am fost încântată de acest concediu "neaşteptat". După a treia săptămână, am observat că găseam în fiecare zi câte un motiv principal pentru a bea. Căutam să mă înţeleg, şi pentru asta găseam ajutor în alcool, atunci puteam să văd cele două feţe ale propriei mele firi. Pentru că dintr-o parte îmi trăiam viaţa cu partea masculină din mine care îmi insufla forţa şi energie, îmi ţinea în viaţă spiritul de conducător şi puterea de control asupra celorlalţi, parte care mi-a dat puterea să mă adaptez la schimbările majore din viaţa mea. Cu o minte adultă şi limpede gândeam că acesta este "eu"-l meu, pe acesta trebuie să-l ascult. Această parte o simţeam cel mai bine când stăteam pe malul lacului, in mijlocul naturii.

Dar locul de bază al existenţei mele era New-York-ul, trebuia să trăiesc şi acolo. Cealaltă parte a eu-lui meu era locul unde îmi colecţionam secretele ruşinoase. Secrete ruşinoase care s-au născut în mine, şi pe care eu le-am hrănit şi crescut încă din stare embrionară. Aşa se vedea că firea mea înlănţuită în suferinţă mă ajuta cu aceeaşi putere să adun banii şi reuşita pe de o parte ca şi secretele ruşinoase de cealaltă parte. Asemenea firi înlănţuite în suferinţă merg mână în mână cu un oarecare grad de autodistrugere.

Sau cu munca în exces sau cu alcool sau prin sex se reduce gradul de percepţie al pericolului pentru că greutatea suferinţei e mult mai uşoară pentru moment.

La început cu o rigurozitate de inginer stăteam să-mi calculez câtă băutură pentru cât timp îmi este necesară ca să-mi liniştească nervii şi să ajung la punctul: "mi-e totuna". În asemenea momente scăpam de greutatea trăirilor mele adeverindu-mi cât de mult mă pustiesc când nu

mă ajuta alcoolul, cum trăirile mele se amestecă în toate, cum mă îndepărtează de mine însămi şi mă atrag spre băutură... acolo unde nimeni şi nimic nu mai este atât de important, şi nici nu mai am nevoie de nimeni. Băutura mă ajută să spun în cuvinte la ceea ce visam de mult, şi anume că vreau să fiu din nou liberă. "Dă-mi drumul Gabi, te rog frumos", îmi auzeam propria-mi voce, "dă-mi înapoi viaţa liberă, nu mai ştiu şi nu mai vreau să fiu împreună cu tine. Nu vreau să simt nici bucuria de a-ţi aparţine, dar nici părerea de rău. Nu te iubesc. Poate demult te-am iubit...poate niciodată...nu ştiu. O să-mi dau singură seama de adevăr. Singură o să-mi găsesc propria-mi dreptate. "

Ora s-a sfârşit...M-am reîntors în starea de trezire, lăsând în urmă sentimentul de vinovăţie. Apoi din nou şi din nou. Eram în cercul vicios al infernului: cearta cu mine însămi, apărarea mea, că nu vreau să-mi continui viaţa aşa, dar că se îmbină tulbure în mine ambiţia bărbătească şi inima de femeie, luciditatea unei lady şi pogromul băuturii... Cum să trăiască o parte fără cealaltă? Eu şi umbra mea, întunericul şi lumina, binele şi răul - trebuie să trăiesc cu ambele pentru că sunt total neputincioasă. Doar aşteptând neajutorată. Privind cum una este mai puternică decât cealaltă, doar simţind când una păşeşte afară din umbra celeilalte.



# ALTE ŢINTE

Am nevoie de ţeluri - mi-am spus hotărâtă - am să-mi adun toată puterea lucidă şi asta îmi va înăbuşi "micile mele tendinţe spre băutură "Aşa cum s-a întâmplat şi în anii trecuţi

Trebuie să mă eliberez de micile mele secrete care până acum nu au dăunat nimănui căci încă nimeni nu ştie de ele. Am pornit deci spre noile ţinte fixate.

În mai 1970 am cumpărat o casă cu patru etaje în Manhattan, pe strada 62., veche de aproape 100 de ani. Din anii '20 a funcţionat ca şi un club Italian, chiar şi Al Capone s-a distrat aici. Demolarea ei a început dinăuntru (la etajul trei erau nouă toalete pentru bărbaţi) şi doar după aceea am putut începe cu lucrările propriu zise, care, conform legii, se puteau face doar cu aprobarea Primăriei oraşului. Întrucât clădirea era protejată istoric. Am dorit la parter două intrări, una pentru viitoarea galerie, iar cealaltă urma să ne ducă la etajul întâi, unde începea partea propriu zisă de locuit. Am plănuit pentru etajul întâi o uriaşă cameră de zi, sufrageria, bucătăria cu tot mobilierul încastrat în construcţie, dependinţele, iar la celelalte etaje dormitoarele.

Renovarea casei a durat aproape doi ani, cu un consum uriaş de energie, bani şi multă, multă ceartă. Am supravieţuit acestor doi ani doar pentru că între timp casa se transforma într-o minune desăvârşită.

Revista "Casa şi gradina" în rubrica "Aşa a fost - aşa este acum" a prezentat un articol ilustrat despre ea. Faptul că noi în timpul reconstrucţiei ne-am distrus aproape total nervos, părea irelevant pentru revistă. În anii 70 şi New York Times a scris despre mişcarea de reconstrucţie a caselor de 3-4 etaje din oraş. Ca un fapt curios a adus la cunoştinţă că în marea majoritate s-au încumetat la aceste renovări cupluri de tineri căsătoriţi, cu ţelul de a-şi construi casa visurilor lor. Din păcate conform statisticilor, a menţionat autorul articolului, pe când casa visurilor ajungea la sfârşitul construcţiei, căsniciile în marea majoritate se destrămau. Oare şi căsnicia mea? - m-am întrebat nu o dată. Oare şi eu aparţin statisticii?

Party-time, party-time...spune americanul când vrea să bea. În casa cea nouă, toamna au început şi la noi party-urile. Casa era minunată, suna muzică ţigănească adevărată în galeria de la parter. Pe pereţi tapiţerii vechi erau atârnate de sus până jos, în podea. Erau aşternute opt, zece mese, pe fiecare masă era vin alb, vin roşu iar prietenii erau aşteptaţi cu mare plăcere şi sus în camera de zi. Pe la miezul nopţii, deja puţin ciupită, îmi priveam oaspeţii cu satisfacţie, de obicei dintr-un loc mai ferit, de unde îi puteam observa doar eu. Atunci, cu paharul în mâna decideam că şi această petrecere mi-a reuşit, toată lumea se simte bine, că şi această petrecere îmi aparţine de fapt mie, că şi acum este vorba de reuşita mea. Spre dimineaţă nu ne mai prea interesa culoarea vinului, alb sau roşu, doar paharul să fie umplut. Îmi plăcea foarte mult să dau de băut şi să hrănesc oamenii, dar cel mai mult să le dau de băut. Nu aveam prea mare încredere în oameni, îi chemam doar pe aceea cărora le plăcea să bea. La mine trebuia să se bea, să se bea mult, să se ameţească, să se distreze, lumea să danseze, să flirteze, să ducă la sfârşit tot ce se aştepta de la un musafir petrecăreţ.

Petrecerea cerea altă petrecere, baluri, dans, şi din nou altă petrecere. Unul din cântecele mele preferate era un şlagăr de la începutul secolului, prelucrat. Inima îmi bătea mai tare de câte ori îl auzeam "Când balul s-a sfârşit... Când vei plânge după bal...Când va fi sfârşitul balului... După bal vei pleca acasă plângând..."Asta-mi plăcea să fredonez, pentru că nu voiam să mă duc acasă niciodată. De nici unde. Niciodată nu voiam ca petrecerea să aibă un sfârşit. Totul să dureze etern, tot ceea ce iubesc eu.

Apoi a zburat şi fetiţa noastră, a zburat în cuibul ei cel nou, a avut o căsnicie fericită cu un judecător american. Casa s-a golit aproape la modul tragic. Acum mi-am dat seama că punctul central al vieţii noastre fusese ea. O adoram amândoi. O pisicuţă lipicioasă – lucrul cel mai uşor din viaţa mea a fost să o iubesc, zilnic ne dăruia sute de sărutări, cu o fire recunoscătoare, bună şi cu inima deschisă.

Am rămas singuri în casa mare, de multe ori ne împiedicam unul de celălalt, nu prea ştiam ce să începem să facem unul cu celălalt.

"Groaznic", am gândit, m-am eliberat de toate responsabilităţile. Magazinul mergea ca pe roate, cătelul nostru era sănătos, fetiţa noastră era căsătorită, căminul nostru decorat. Nu mai aveam ce face. "Acum



urmează fericirea liniştită, meritată din plin", mi-au spus prietenii. Şi eu am simţit că aşa ar trebui să fie, dar cumva fericirea nu venea, sau chiar dacă venea era numai la suprafaţă, la vedere. La suprafaţă a şi rămas, strălucind fals, ca şi toată viaţa noastră plină de reuşite pe care o arătam lumii de afară. Ştiam că aceasta nu este fericire adevărată. Asta este doar o fericire desenată, care poate fi ştearsă cu guma. Lipsa gravă de comunicare şi apartenenţă am început acum s-o simt cu adevărat. Pe soţul meu, tulburările sufletului meu îl interesau prea puţin. Dar lucrul acesta mai mult îl simţeam decât îl ştiam. "A venit timpul", am discutat cu soţul meu, "să nu mai supraveghem doar depunerile noastre bancare şi să ne ocupam acum şi de timpul nostru care trece mereu şi e din ce în ce mai puţin. Trebuie să ne aplecam mai tare şi asupra spiritului nostru, pentru că eu vreau mai mult. "

"Dacă vrei mai mult", a răspuns soţul meu, "du-te şi caută singură. " Da, da, am gândit eu, această trăire mai profundă pe care o pretind de la el este fără speranţă chiar şi din punct de vedere astrologic, căci bărbatul născut în semnul Balanţei se balansează doar la suprafaţă. Superficială era şi întrebarea pusă zilnic în mod automat: „Aşa-i că ne iubim? Aşa-i că suntem fericiţi? " Superficial era şi răspunsul meu. Glasul meu suna fals:

Da, da te iubesc! " Dar atunci de ce dorinţa mea era ca totul să înceteze, să dispară, să moară? Dar atunci de ce eram imediat sufocată de nesiguranţa vieţii în singurătate?

Se spune că, dacă nu iubim pe cineva aşa cum trebuie, "îl stricăm".

Soţul meu, pe nesimţite, m-a ademenit pe bine cunoscuta "stradă a interesului" unde interesul comun al lui interes – simţire, interes - acţiune ne condamna la o viaţă comună. Am început, de când am pornit, greşit, minţindu-ne unul pe celalalt. Îmi căutam rezolvarea conflictelor în cărţi, învăţături, reviste de psihologie. "Valorifică-ţi persoana" îmi recomanda titlul cărţii. Pe cea bună sau pe cea autodistructivă? Autorul explica că toţi ne purtăm cu sine partea autodistructiva. Ba chiar sunt şi persoane atât de leneşe că lasă munca de distrugere pe seama altora. Îşi aleg partenerul în asemenea mod încât el să ducă la bun sfârşit munca de distrugere. Apoi pot în mod îndreptăţit să-şi învinovăţească partenerul pentru viaţa distrusă, manipulând totul ca vina să fie al lui. Pe când în

realitate în timp ce degetul arătător se îndreaptă înspre el, celelalte trei degete se îndreaptă spre noi. De când lumea gestul acesta arată cam pe unde este vinovatul. În mod simbolic cele trei degete reprezintă armonia între inimă, suflet şi autocunoaştere, respectiv lipsa ei.

În timpul acesta am primit ştirea din Ungaria că mama este foarte bolnavă. Am pornit imediat spre Budapesta. Cu inima îndurerată am luat la cunoştinţă că mama este foarte bolnavă, cu un cancer în stare înaintată, nevindecabil. Ea încă nu ştia, medicii nu-i împărtăşiseră ştirea, dar probabil bănuia adevărul. În timp ce-mi spuneau toate acestea, cei doi fraţi mai mici ai mei mă serveau cu rachiu zicând: "ia numai asta şi aşa nu ai să poţi suporta cu mintea clară." Au pornit şuşotelile, minciunile în faţa mamei - nici tata nu voia să creadă că acesta e sfârşitul, rostea automat: "Lasă, lasă acum...o să vorbim când o să fie mama bine. "

Cei doi fraţi ai mei m-au învăţat de la ce trece mahmureala de a doua zi. Trebuie adăugat. Înainte, dacă într-o zi am băut prea mult, săptămâni întregi nici nu puteam să mă mai gândesc la alcool. Acum continuam băutura şi a doua zi şi a treia zi. Învăţam noi modalităţi de amorţire a durerii.

După o săptămână m-a cuprins dorinţa de evadare, voiam să sar peste despărţirea finală. Eram îngrozită de ea. N-am putut să o suport în stare lucidă. A trebuit să beau în acest moment, a fost cel mai egoist moment al vieţii mele. Nu ştiu de ce, dar a trebuit să-i spun că este ultima noastră întâlnire, că este bolnavă fără speranţă şi să-şi ia rămas bun de la mine în aşa fel că aceasta este ultima noastră îmbrăţişare pe care ne-o mai putem dărui.

"Numele tău va fi ultimul cuvânt pe care-l voi rosti" - a promis mama în timp ce mă îmbrăţişa.

"S-a meritat? " - mă întrebam a doua zi în avion, în drum spre Londra, respectiv New-York. Din nou am obţinut prin constângere ceva de la mama, ceva ce consideram că mi se cuvine mie...respectiv ultima ei răsuflare, respectiv faptul de a fi doar eu iubită de ea şi nici asta nu-mi era de ajuns.

Pentru că mă bântuiau remuşcările, am băut mai departe în avion. În Londra am fost cuprinsă isteric de un plâns convulsiv. Urlam că vreau să



mă întorc la mama, să mă ducă înapoi la ea. Mai vreau s-o mai sărut o dată. A doua zi, pe patul de spital al aeroportului, am aflat că am fost în comă alcoolică.

"Fără alcool. "- au spus, când mă împingeau într-un cărucior, a doua zi, spre avionul de New-york. Doar eu aveam interdicţie pentru băutură, în tot avionul.

"Omul de aceea amuţeşte de durere, pentru că Dumnezeu îi cere să i-o spună doar lui" - se spune.

"A murit mama", am citit în telegrama surorii mele. Se spune că atunci devenim adulţi când ne pierdem mama. Pe mine m-a cuprins frica veche, ştiută din copilărie: nici acum nu mă ia mama cu ea, iarăşi mă lasă aici. Deşi am fost bună cu ea, am ascultat, am făcut ceea ce m-a încredinţat ea că e bine: "Ai nevoie de răbdare în căsnicie, iar în afacere de foarte multa hărnicie. "Şi totuşi m-a părăsit, deşi am fost şi răbdătoare şi harnică...

Dacă Ea nu mai este, cui îi mai demonstrez eu? Recordurile reuşitelor mele aveau valoare doar ca să i le spun ei, doar pentru dragostea ei ştiam să lupt...Ce va fi cu mine fără ea? Mă voi prăbuşi.

Doliul am încercat să mi-l rezolv într-un mod foarte egoist. Am cerut pământ de pe mormântul ei de la sora mea. Pământ unguresc, pământ matern, o bucăţică de pământ de pe mormântul mamei, care să-mi aparţină doar mie.

"De când a murit mama ta tu te-ai schimbat foarte mult. "- a spus soţul meu. "Nu te mai ocupi de mine. Nu mă mai iubeşti. Spune, te-ai plictisit de mine? Bei mult mai mult decât înainte. O dată pe lună, era încă suportabil. Mai nou o faci lată săptămânal. Poate şi ciclul ţi-e tot săptămânal? Eşti iritată, hazardată, mă tem de tine cum mă temeam în copilărie de tatăl meu. Ce se întâmpla cu tine? Care ţi-e necazul? " - mă năpădeau întrebările lui pline de reproşuri. Ce probleme am? Toate problemele - mă gândeam. Cea mai mare problemă este stereotipia căsniciei mele. Veşnicul gătit, cina la timpul stabilit, spălarea veselei la timpul stabilit, baia, stingerea luminii, culcatul în pat - toate, toate la timpul stabilit dinainte. Nu este citit, nu sunt discuţii...dormim într-un timp gata croit.

Dar de adevăratelea eu nu aveam problema cratițelor, sau a soțului meu, ci propria-mi nemulțumire mă chinuia din nou și din nou. "Bea" - spunea vocea interioară. Pentru că dacă beam, totul devenea mai frumos și suportabil. N-am putut să-mi controlez nici băutul, nici sentimentele, nici neputințele. Doar afacerea mea, reușita mea, problemele mele bănești. Am evadat aici din calea eșecurilor mele interioare.



# DOI ANI MAI TÂRZIU

În 1973 în urma mai multor articole scrise în reviste de specialitate a revenit la modă colecționarea antichităților. Statusul clasei mijlocii erau casele de vacanță, Mercedes-ul și la acestea s-au adăugat obiectele antice, covoarele și tapițeriile. Mai mulți oameni de afaceri din domeniu căutau posibilități bune de vânzare la licitațiile din zonele din provincie. Au început să urce prețurile. "Am vândut tot" - se vorbea tot mai des printre noi. Când mi-au cerut să aparțin grupului de comercianți, ca și specialistă în tapițerii, s-a ivit ocazia să plec oriunde, și chiar nu-mi păsa unde, principalul era sa fiu plecată. Chicago, California, Miami apoi Europa, Paris, Londra. Eram destul de des pe drumuri. Eu eram singura femeie alături de șase șapte comercianți, bărbați. M-au răsfățat, mi-au dat de băut, îmi făceau curte, ne distram de multe ori până în zori. S-a întâmplat uneori să fiu stingheră în grupul lor, eu să vreau mai mult și să-mi fie rușine față de ei că-mi trebuia mai multă băutură, mai multă curtoazie, mai multă hoinăreală. Aceste nopți nu mi le petreceam atât de nevinovat ca și cele împreună cu ei. Aceste situații erau urmate de o stare de vinovăție, de acel "niciodată nu se va mai întâmpla" și de aici s-a născut o nouă stare de inferioritate față de soțul meu, pe care îl ocroteam când totuși ajungeam acasă. El în schimb mă aștepta fericit. Primea fără nici o bănuială dragostea mea încărcată cu sentimente de vinovăție

# DAR CÂT TIMP AM PUTUT FACE EU ASTA?

Mulțimea agitată de pe Lexington Avenue... e toamnă, - mi-e frig.... Este ora patru după amiaza, la ora când New –York-ul este în plină mişcare. Eu mai pot ajunge doar la primul bar din Lexington Avenue. Astăzi este zi de băut votcă. Valul acela de sete care mă obligă să beau m-a apucat din nou. Degeaba promit: "Nu se va mai întâmpla! ", şi aşa ştiu că se va întâmpla iarăşi şi iarăşi. Mulți ani alcoolul, votca a fost ultimul pe lista mea de priorități, dar astăzi ca şi vulpea cea vicleană a sărit pe locul întâi. Îmi aduc aminte că înainte, la petreceri, nu trebuia să fac un secret din faptul că beau, deoarece beam ca şi restul, adică normal, acceptabil. Astăzi deja ascund cu străşnicie faptul că beau.

Beau, dacă nu mă simt destul de trează.

Beau, dacă mă simt prea trează.

Beau, dacă emoțiilor mele nestăpânite doar băutura le poate fi stăpân.

Într-un cuvânt, beau.

Barul din Lenxington Avenue mi-e foarte cunoscut deja...Lumina difuză a barului, mirosul amestecat de fum şi vin, apropierea bărbaților aşezați la mese. Ca întotdeauna barmanul este şi astăzi rapid şi atent. El îmi înțelege setea.

Mă examinez în oglinda cenuşie a barului, îmi examinez fața, îmi este încă cunoscută, apoi după a doua votcă drumurile noastre se despart. Din oglindă dispare fața mea trează, de acum înainte va reflecta doar adevărul distorsionat.

Vodca îmi împrumuta din nou o față lipsită de ruşine sau putere.

Ora două în zori de zi...Îmi deschid ochii şi un bărbat necunoscut îmi strânge mâna, asigurându-mă: "Nu te teme, coborâm imediat. ""Cum adică coborâm? ", am gândit eu, "Dar când am urcat? Şi unde? Şi cine eşti tu? De ce îmi strângi mâna? "

Întrebările mi-au rămas în gât. Mahmureala îngrozitoare de a doua zi mi-a paralizat limba. "Mi-e sete"am mârâit "dă-mi ceva de băut" E vorba de viața mea, am gândit înghițind cu forță primele trei înghițituri



de whisky. Următoarele trei au alunecat deja cu uşurință. Deci: "What's new Pussy-cat? "(Ce-i nou pussy cat), am întrebat zâmbind după câteva minute. "Unde anume coborâm? Şi ce mi-ai dat de băut aseară, de îmi aduc aminte doar prin ceață? Cine eşti tu/De unde ai venit? "

"Te gândeşti la modul propriu sau la figurat? "- apoi a continuat: "Na, despre ieri seara... Aseară, acolo, în cercul de bărbați te-ai prezentat chiar sexy, putem spune. Am tot aşteptat să văd ce va fi, când ai început cu mult rafinament să-ți deschizi primii trei nasturi ai bluzei trăgând de timp, încet, încet...Aerul a devenit mai dens, fiecare centimetru din corpul tău pe care îl eliberai din dantela neagră ne amuțea. Ai început să te certi cu admiratorii tăi cu o voce ciupită de alcool, naivă dar cu accente de fată de stradă. "În patul meu vrăjit te pot învăța să țipi asemenea cuvinte pe care nici nu credeai că există. "Bineînțeles că fiecare bărbat a dorit să meargă cu tine, "să țipe", dar cu o motivație reuşită câştigătorul am fost eu.

"Şi care a fost motivația? "- am întrebat.

"Ți-am promis un pat din nisip, de aceea suntem acum aici în Porto Ricco. Mergem în patul din nisip, la căldura, la soare. Aşa-i că va fi foarte bine? "

"Ca să fie bine de tot, încă un pahar de şampanie..."- am gândit "Dar eu nu numai că nu am bagaje, nu am nici măcar un bikini." am spus cu jumătate de voce.

"O asta este doar o problemă de timp. "- m-a asigurat Tom în camera de hotel. Ai măsura numărul zece, nu-i aşa? "

Un pic mai târziu am devenit extrem de preocupată cu încercarea noului bikini, a unui calapod nou, a unei întregi garderobe pe care a cumpărat-o din boutiq-ul Hiltonului.

Şampanie răcită la gheață, trandafiri roşii, pastă de dinți. Geanta de farduri cu toate compartimentele necesare.

"Dar de ce ai cumpărat atât de multe" - am întrebat râzând.

"Pentru că mâine zburăm în Hawai, unde voi avea o conferință timp de două zile. Duminică seara va trebui să fim în Londra, unde voi avea câteva întâlniri comerciale şi abia apoi voi fi ceva mai liber. "

"Mai liber, mai liber..."- mă gândeam - "Şi eu, eu sunt liberă? "Acasă mă aşteaptă soțul meu, căruia i-am trântit uşa în nas acum două zile. Am înnebunit? Îl însoțesc pe acest străin, de parcă aş fi un ghid turistic.

De la gheață, a sosit încă o șampanie. Timp de o oră, Tom a avut de rezolvat niște probleme. "Trebuie să plec un pic..."- m-a anunțat. "Tu doar stai și odihnește-te."

"Și unde este patul din nisip, cel pe care mi l-ai promis? " M-a sărutat ușor, mirosea frumos, a om îngrijit, și mi-a îndepărtat delicat brațul cu care îl îmbrățișam: "În Hawai. Acolo vom avea mai multă vreme. Acum odihnește-te, îți las aici cartea mea de credit, folosește-te de ea cu încredere. "

După plecarea lui am dat repede peste cap încă un pahar de șampanie. "Am nevoie de putere, de putere. "- am gândit. "Sunt puternică, sunt puternică, sunt puternică... Trebuie să-l sun pe soțul meu, imediat.

"Centrala? O, va rog, ajutați-mă! Soțul meu știe că sunt la Londra, dar – după cum observați – îl sun doar din Porto Rico.... Nu-i așa, că puteți aranja ca să creadă că îl sun din Londra? ", m-am rugat aproape plângând.

"Na bine, numai sa nu plângeți", a răspuns centrala, "va fac legătura."

"Gabi.... Gabiți...servus.... "

"Ce cauți tu la Londra, nebuno? ! "

"Îți amintești", am bâiguit, "că trebuia să vin la licitația Sotheby's, care va fi luni și marți. "

"Dar nu ai luat nimic cu tine, nici bani, nici bagaje! Ce faci, nebuno? Așa-i ca bei din nou? "

"Da, da, am băut un pic aseară, de aceea nu am îndrăznit să mă duc acasă. Am mers la Ana. Dimineața am luat bani din bancă, am făcut câteva cumpărături și am plecat la Londra cu avionul de după amiază. Acum, între noi este deja oceanul, nu te supăra...o sa vezi cât am sa fiu de pricepută la licitație..."

"Da ești pricepută, știu", mi-a spus, "dar ce treburi poți avea? Nimeni nu ar putea suporta așa ceva, numai eu trebuie să le suport pe toate...sunt neputincios, nu mă pot lupta nici cu tine, nici cu alcoolul..."

"Dar Gabiți, asta este deja de domeniul trecutului, crede-mă, te voi suna peste câteva zile. "

Costumul meu alb ca zăpada a arătat bine pe lângă costumul negru al lui Tom. "Tom este foarte elegant", am gândit, "ăsta-i felul lui de a poza la cină. " Dar eu nu sunt aici pentru a face figurație, ci pentru a vorbi sincer. Am socotit că eu va trebui să deschid vorba.



„Tom dragă, nu știu cum să încep... ? "

„Ce anume? ", a întrebat.

Anume ca eu nu sunt liberă, am un soț acasă.... Sunt femeie măritată. E ceva ce uit des, dar el își amintește tot timpul. De foarte multa vreme își tot amintește.

"Nu înțeleg.... ", a spus surprins. "Ieri seara m-ai rugat să te ajut pentru că îți expiră permisul de ședere aici (în State) și dacă în timp de 2 săptămâni nu te măriți, va trebui să părăsești Statele Unite. "

"Aceasta este povestea vodcii. Povestea mea preferată când sunt cu vodca. "

Am izbucnit amândoi în râs

"Și eu sunt însurat", a glăsuit el. " Nu e de mirare că doar acum am amintit despre asta. Și eu sunt prins de foarte multa vreme în șablonul mic burghez al unei căsnicii plictisitoare de care și soția mea își aduce aminte mult mai bine decât mine. "

Am zâmbit. Am zâmbit și a doua zi în Hawai, unde soarele care apunea a dat reflexe roșiatice patului de nisip

Londra...ora 7 seara. Licitația Sotheby's a început. Peste 30 de piese vechi de tapiserie erau incluse în licitație. Am ales din catalog 5-6 piese pe care era posibil sa le cumpăr.

Dar la ora 7 seara, totul devenise destul de cețos, pentru că băusem incredibil de mult cu Tom. Deși masa de după-amiază începuse atât de nevinovat. Acolo i-am mărturisit lui Tom că aș vrea să mă duc la un magazin de pălării, pentru ca fără pălărie nouă era imposibil să-mi reușească licitația.

„Știi Tom", am spus, „pălăria nouă este pentru mine o tradiție, în toate momentele mari ale vieții mele, la bucurie, la tristețe, dar mai ales când îmi este frică, îmi este necesar să-mi cumpăr o pălărie nouă. "

„Atunci să pornim", a răspuns Tom la sfârșitul mesei. Am găsit repede o splendidă pălărie cu boruri late și am sfințit-o într-o cârciuma englezească din apropiere.

M-am despărțit foarte greu de pianist. Din nou și din nou Duke Ellington îmi cânta doar mie Sophisticated Lady.

„Acum trebuie să fiu foarte atentă", mi-am poruncit la licitație, dar creierul m-a părăsit puțin. A pălit importanța tapiseriilor, prețurile s-au contopit cu marfa, cu numerele pieselor din catalog, mi-am uitat mâna ridicată în aer – nu-mi aminteam de când o țin ridicată.

După câteva ore, când au afișat socotelile, pe nota mea apăreau noua mii de dolari. Într-un minut m-am limpezit, și ca un duș rece mi-am dat seama că sunt în imposibilitate de a plăti șase mii de dolari, căci aveam la mine doar trei mii, pe cartea de credit.

Am cumpărat în total 10 piese de tapiserii, iar conform tradiției casei, acestea trebuiau plătite și livrate în timp de 24 de ore.

„Tu cunoști mai bine Londra", m-am întors speriată spre Tom, „de unde pot să procur șase mii de dolari în noaptea aceasta? Trebuie să ies din încâlceala aceasta înainte de a fi pasibilă de judecată.... ", îi șopteam din ce în ce mai aproape de obrazul lui. Tom s-a lipit foarte strâns de mine: "Nu te du niciunde! O sa completez eu suma, o să rezolv totul.... "

A doua zi, tapițeriile au plecat spre New York. L-am sunat și pe soțul meu, ca să se liniștească, viu deja..... dar mai am aici câteva probleme de afaceri.

Încă nu se putea să ne despărțim, încă nu știam să ne despărțim.

Cele câteva zile de fericire netulburată alături de Tom au fost niște zile minunate. Am lăsat ca visele, speranțele mele să se împletească cu ale cuiva care visa la fel ca și mine.

Apoi, privind fața lui Tom, am înțeles că a venit vremea despărțirii. Până atunci, nu am văzut pe fața lui decât un zâmbet plin de fericire.... acum însă pe fruntea lui nu mai erau urme de zâmbet, când în liniște mi-a spus: "Mâine ne despărțim. E o despărțire foarte grea între două păsări calatoare, dar noi amândoi, suntem prea dornici de dragoste, ne ducem cu noi amintiri, și asta ajută un timp. Sigur ajută un timp.

„Și eu", am bâlbâit, "nici nu mai pot să te văd vreodată? Să te aud la telefon vreodată? "

„Asta nu știu – eu nu mă pricep la continuare - știu doar începutul, doar asta iubesc, să încep. "



# PRIMĂVARA 1974.
# PUNCTUL MAXIM DE ADÂNCIME

New York fără vise. Rutina, munca extenuantă, magazinul, cele 100 de lucruri de rezolvat, și toate acestea trează. Noroc ca nu mă întreabă nimeni cum mă simt, căci atunci aș exploda. Nu e bine așa, fără băutură, fără iubit, fără vise. Căsnicia îmi este atât de plictisitoare ca și păcatul.

La ultima escapadă, de 3 zile, ca să mă scutur de starea mea de vinovăție, i-am promis soțului meu ca poate să-mi devină partener de afaceri. A pus capăt carierei sale de inginer și a venit la mine ca și ucenic! De atunci se târșâie după mine, ziua, noaptea. Despre asta chiar că nu mai am cum visa decât că într-o buna zi se va termina totul.

De parcă nu aveam destule greutăți pe umăr: magazinul, cumpărătorii, casa, cățelul, fata mea vitrega, care acum lucrează la mine – acum și el. O cruce în plus. Nu-i de mirare că dimineața nu vrea să pătrundă între noi. În fiecare dimineață mă ascund un sfert de ora în W.C., ca să îmi adun puterea să-mi compun o mină zâmbitoare pentru „Bună dimineața."

În fiecare dimineață mă apucă dorul de evadare, oriunde altundeva decât aici, undeva departe lăsând în urmă greutățile. Sentiment cunoscut, căci în pubertate l-am trăit în casa părintească. Exact acel dor de evadare, însoțit cu sentimentul de frică a ceea ce urmează după evadare.

Poate că nici nu sunt făcută pentru o convietuire de durată lungă, nici măcar cu mine. În sfârșit s-a stabilit că nu pot ajunge decât până la primul bar. Dacă privesc trează, îmi găsesc viața fără conținut. Dar ce este posibil de făcut? Ceva trebuie să se întâmple! ! Sau ceva se întâmplă și eu nu vreau să observ? Corpul începe să se răzbune?

Consult frecvent un medic, căci sufăr de un ulcer gastric grav.

„Foarte grav", spune medicul, "trebuie să fiți foarte atentă. Nici un fel de alcool, nici cafea, nici țigări. Cum e viața dumneavoastră de familie? Ce se întâmplă acasă?"

„O, totul e minunat", răspund, "starea materială a familiei este excelentă, într-un an ne permitem patru vacanțe. Soțul mă adoră și fata mea vitregă și cățelul meu. "

„Da, da", spune gânditor, "Şi somnul? "

„Nici cu el nu am nici un fel de probleme. Doar uneori iau somnifere uşoare care se vând fără reţetă în farmacie. "

„În regulă, dar de aceea totuşi ar trebui să vă gândiţi la situaţia de acasă. Ce se întâmplă în familie? Stresul este prea mare? Comunicaţi sincer unul cu celălalt? Stomacul este cel mai sensibil organ. Stomacul reacţionează primul la problemele care nu sunt în ordine. Este primul semn că trebuie să fim atenţi la viaţa noastră intimă. "

După amiază mi-am promis să analizez situaţiile din jurul meu. M-am gândit să-i trimit un pic de sinceritate stomacului meu, poate că aşa se mai domoleşte durerea.

*Banii*: Păi, trei sfert din banii noştri îi câştig eu, eu îi procur, eu leg afacerile noastre, cumpărătorii noştri stau de vorbă doar cu mine. Soţul meu este incapabil să ridice greutăţile de pe umărul meu, nu se pricepe la nimic, nu are înclinaţie spre treburile magazinului. Dacă îl trimit la licitaţii, cumpără toate prostiile. În schimb adoră să cheltuie banii. Vara, barcă cu motor, iarna, merge la schiat, petrecerile se tin lant, lunar scrie treizeci şi două de cecuri. Mă cuprinde leşinul, cum pot să-i alunece banii printre degete. Pe acolo, prin acel mic loc liber, observat demult de mine, prin care şi eu am vrut odată să alunec.

*Vacanţe*: Despre ele nu prea îmi amintesc, pentru că atunci de obicei beau mult. Soţul meu se ceartă cu mine pentru că beau. Eu beau pentru că el se ceartă cu mine. Am încercat să stau cu el şi trează, dar atunci era mai rău. Din nu ştiu din ce cauză, nu reuşim să ne sincronizăm niciodată. Când lui îi este foame, eu sunt sătula, când eu vreau să mă plimb, el vrea să stea tolănit în pat. Dacă el este obosit, eu sunt plină de energie. Stăm de vorbă unul cu celalalt, bineînţeles, de cele mai multe ori despre magazin. Într-o seară frumoasă cu luna strălucind pe cer, i-am spus: despre magazin vorbim acasă, acum aş vrea altceva, să alegem o temă de vacanţă.

Dar el a început să strige spre mine: "Precis vrei iarăşi să bei, nimic nu îţi mai este bun, suficient. De ce nu poţi să bei şi tu ca o lady? " Poate pentru că nici tu nu ştii să câştigi banii ca un bărbat! " - i-am răspuns.



Mă rog, a fost ceva în genul acesta. Şi în astfel de situaţii mă simt şi mai singură, şi mai izolată. Ştiu că spaţial uriaş din sufletul meu el nu îl poate umple. Şi nopţile acelea...nopţile acelea înstelate... Degeaba a fost inginer electro, sursa mea de energie nu a găsit-o niciodată, a căutat-o săracul, dar a cauzat întotdeauna un scurt circuit. Soţul meu mă adoră - mă mângâi cu propriul meu glas. Dumnezeule, nu-i de mirare ca mă doare stomacul! Mă adoră? Adoră banii pe care îi câştig, adoră (viaţa noastră fără probleme materiale, adoră reuşita, societatea noastră, adoră dacă sunt aranjată, dacă sunt sexy, "trează"), dacă spun ceea ce vrea să audă el. Dacă totul poate rămâne doar la suprafaţă. Ca să strălucim la suprafaţă, să fim frumoşi, obligaţia mea principală este aceasta, ca imaginea noastră de cuplu să fie excepţională. Nimic ce ţine de profunzime, de emoţie, de sentiment, de suflet. Sentimente de pus în vitrină, nu-l nimic că marfa e putredă pe dinăuntru. Mie îmi place să examinez lucrurile din interior, lui doar pe dinafară. Dragostea unei jumătate de om nu poate fi convingătoare. Pe mine mă adoră doar pe jumătate - descopăr eu - şi cealaltă jumătate, ce-i cu ea, atârnă în aer? Dacă pretind mai mult, mă trimite să beau. Bea puţin, asta are să te liniştească! Întotdeauna eşti mai liniştită dacă bei puţin. Atâta pot să-ţi dau, mai mult nu avea nici el! De unde, din ce, mi-ar fi putut da oare? Stomacul nu mi-a mulţumit pentru sinceritatea mea. Mă doare în continuare. Poate s-a simţit jignit, şi pentru asta mi-a răspuns cu durere. E cam târziu! Nu puteam şti sigur, dar simţeam într-un fel, că situaţia aceasta nu se va îmbunătăţi, dimpotrivă va deveni din ce în ce mai rea. Şi Dumnezei aceia de pe tapiţerii, cu care devenisem prietenă, s-au supărat pe mine pentru ceva necunoscut mie. Aveam o presimţire rea, atât de apăsătoare cum nu mai trăisem până acuma. Pe dumnezeii de pe tapiţeriile vechi i-am îndrăgit şi studiind mitologia. Aveam mai mulţi dumnezei pe care mi-i alegeam cum doream eu, în funcţie de cum mă simţeam. Aveam un Dumnezeu treaz şi un Dumnezeu beat, unul fericit, unul suferind. Acum simţeam că şi Dumnezeii mei au pornit un război între ei, şi că alături de mine a rămas doar Dumnezeul suferind. Am renunţat la băutură dar starea mea nu s-a îmbunătăţit. O prietenă m-a invitat pentru o săptămână pe insula Bahama. Şi soţul meu mă îndemna foarte insistent: "du-te puţin să te odihneşti. " Din prima zi m-am certat

cu Lili. Când a văzut că dintre hainele mele răsar trei sticle de votcă, a făcut o observație foarte obraznică. M-am mutat la alt hotel, ca să mă odihnesc "fără martori" Nu prea îmi amintesc nimic din zilele acelea, ci doar de vopsitul părului meu în blond, brun și negru. Zborul spre casă din Bahama... Se aprinsese deja lampa pentru "puneți-vă centurile de siguranță" și stewardesa și-a ocupat locul. Mi-am examinat chipul în oglinda mică de voiaj și mi-am verificat și eu "procedurile" de aterizare. "Ruj, OK. Pudra, OK. Ochii mei injectați. Mi-am adus aminte de niște rămășite de picături VISOL. "Ochii tăi... "spunea demult soțul meu "ochii tăi mari, curați... îi iubesc" Am încercat să-mi hidratez puțin tenul uscat ca iasca. După ce mi-am periat părul, a trebuit să pun puțină cremă și pe el. Oare soarele din Bahama i-a absorbit complet strălucirea, sau votca cea multă? În ultima clipa m-am dat cu puțin spray pentru gură, pentru că are un miros ce seamănă cu cel al alcoolului. Aterizarea a avut loc. Suntem pe pământ. Pe măsură ce mă apropiam de ieșire, a apărut acel spasm dureros, cunoscut, al stomacului, tremurul cunoscut, panica față de întâlnirea cu soțul meu. De ce este din nou așa? De ce mă tem de el? Cum îndrăznește să-mi facă așa ceva? Cum îndrăznește să se poarte cu mine de parcă aș fi un copil idiot? Vrea să controleze tot, pentru că nimic din ce fac eu nu este bine. Vrea să mă îndemne spre nebunie? Din nou nu mai știu care este adevărul. De ce simt că mă va distruge? Soțul mă aștepta la ieșire. Ochii lui severi nu prevesteau prea multe lucruri bune. Poate că îl voi învioara cu buna mea dispoziție, gândeam, poate de data aceasta va fi pace pe drumul până acasă. „Vai, dacă l-ai fi văzut pe unul din călători, care... "am început zâmbind, dar propoziția mi-a rămas pe jumătate rostită. Și-a apropiat obrazul de obrazul meu iar eu mi-am ținut respirația până la primul sărut. Așteptând bagajele, am arătat spre WC-ul femeilor. În spatele ușii încuiate, mi-am deschis în grabă poșeta. Am totul, țigările, bricheta, portmoneul, sticla cu lichidul lăptos cu magneziu, în care îmi țineam votca. Am tras repede trei, patru înghițituri din ea. Votca crudă, arzătoare a fugit de-a lungul gâtlejului meu, și și-a terminat misiunea în stomacul meu aducându-mi un pic de liniște. Fac asta din cauza soțului. Din cauza lui trebuie să suport și rușinea asta. Femeile normale, care au bărbați de treabă, nu poartă votcă în poșeta lor, ca să o bea pe ascuns în WC-u. Glasul interior - care după votcă era



întotdeauna foarte credibil - îmi șoptea și acuma: "dar tu nu ai fost niciodată ca și ceilalți, tu ești ALTFEL, întotdeauna ai fost ALTFEL. Ei nu se tem. Dacă și ei s-ar teme și ei ar bea. "În mașină se așternuse liniștea, o liniște încordată, chinuitoare. Din profil îi vedeam fața dușmănoasă, jignită. Observațiile sarcastice stăteau gata să explodeze - mă gândeam - de care eu trebuie să mă apar, și din nou va începe cearta fără speranță de vreun sfârșit. "Bine arăți" - îi aud vocea - "bine murată". Bineînțeles l-am întrerupt imediat. "Vai, dar nu am avut timp să iau micul dejun" "Cum arăți, eu am crezut că te-ai dus să te odihnești" "Da, da" - am răspuns crede-mă că în profunzime, acolo unde este cel mai important pentru mine, acolo sunt odihnită. A fost foarte bine, singură și în liniște, pe malul oceanului, după munca extenuantă din ultima vreme. Tu ai insistat să mă duc. Acuma sunt bine, crede-mă" - între timp mi-am pus mâna pe piciorul lui "totul va fi bine acasă, ai să vezi! "

"Am auzit asta de foarte multe ori" – a mârâit.

Am tăcut.

"Cât ai băut? "- a întrebat mai târziu, acuzator.

„Ai uitat, ți-am spus și la telefon, am dormit mult, m-am plimbat pe malul oceanului, am dormit și după amiaza. Am băut una, două băuturi înainte de cină. Dar acum e chiar bine acasă, nu-mi strica dispoziția. "

„Da, da. Una, doua băuturi! Cât de fără de speranță este totul". – și-a mârâit sieși. "Băutura este mai importantă pentru tine decât persoana mea."

Am privit pe fereastra mașinii peisajul schimbător. "Dumnezeule" - am rostit încet - "dă te rog ca și la noi să se schimbe ceva cu adevărat! "

Acasă a fost deja mai bine, am început să respir mai ușurată. Mai ales pentru că soțul meu trebuia să plece, și știam că doar seara se va întoarce. până seara la 6 voi fi liberă!

Mi-am despachetat în mare bagajele punând hainele murdare în mașina de spălat.

Surpriza cea mare a fost să găsesc o sticlă plină de vodcă dosită printre detergenți.

Am căutat după aceea o ascunzătoare mai comodă, mai la îndemână. Mă gândeam cu mândrie că soțul meu nu o va găsi nici pe aceasta,

pentru că eu găseam ascunzătorile cele mai bune. Ce războaie sunt, când vede ca sunt beată dar sticla nu este niciunde.

În asemenea situații urla cu ochii scoși din orbite "unde-i sticla, unde-ai ascuns-o? " Degeaba e chiar sub ochii lui, nu o găseşte niciodată.

Apoi m-am întins un pic să citesc dar nu mă puteam concentra. Mai nou mi se întâmplă din ce în ce mai des să nu înțeleg ce citesc. Ce se întâmplă cu mine? Ce-i nervozitatea aceasta, transpirația aceasta? Aş vrea să pot sări afară din propria-mi piele? ? Nu mai încap în ea, nu mai îmi este bine în ea?

Dacă aş putea măcar dormi. Dar dacă mă scol şi pornesc într-o direcție mă voi lovi neapărat de ceva. M-a cuprins dorul de casă în propria-mi casă. Din nou a trebuit să deschid vodca, am dus sticla la gură. Am tras o duşcă zdravănă, m-am scuturat, apoi am pus-o la loc în ascunzătoare. Poate că am dormit ceva, căci s-a făcut seară. M-a trezit mirosul soțului meu, proaspăt îmbăiat, care era întins lângă mine. Înainte de a spune el orice, i-am luat mâna, m-am uitat la el implorator şi l-am rugat : " fii bun cu mine...nu mă necăji astăzi! "



# 1975 PRIMĂVARA - PUNCTUL DE MAXIMĂ ADÂNCIME

Am căzut acasă de la al doilea etaj la primul. Pe culoarul de la dormitor, acolo unde începeau nişte trepte, nu m-am întors la dreapta spre baie, ci spre stânga. Eram pe jumătate adormită, pe jumătate beată. M-am prăbuşit în camera de zi. Mi-am fracturat un braț dar mi-am lovit puternic şi stomacul pentru că mult timp nu am mai putut respira de durere.

Brațul mi l-au pus în ghips pentru 500 de dolari. Cele câteva luni de abstinență s-au distrus total. Ultimele beții au fost cu totul deosebite de cele de dinainte. Aşteptam de la alcool buna dispoziție, putere, o stare generală bună, dar alcoolul – ca un prieten rău - s-a întors împotriva mea. Mi-a provocat stări depresive, plânsete cu hohote, nopți de insomnie.

"Ce se întâmplă? Ce va fi cu mine dacă nici măcar alcoolul nu-mi va atenua durerile? " mă întrebam speriată. Soțului meu i s-a făcut milă de mine.

"Du-te acasă, în Ungaria să te odihneşti un pic. La vară vin şi eu după tine" şi mi-a mângâiat mâna. Acum deja eu aveam nevoie de mâna lui. Acum deja eu ascultam mai mult de el decât de mine. Deja el era mai puternic. Ani de-a rândul el s-a sprijinit de mine, acum eu m-am prăbuşit fără de putere. Învățăcelul şi-a depăşit meşterul. Meşterul însă – meşterul de acum - se prăbuşea, şi îi era imposibil să frâneze prăbuşirea.

Deja el hotăra ce dispoziție am eu, când sunt tristă, când trebuie să mă odihnesc. De parcă nu numai stomacul ci şi voința mea sufereau de un ulcer grav. Încercam să tăgăduiesc față de mine, cu prețul fals al autopăcălirii, că nu este, nici nu a fost nici un necaz căci nici nu am probleme cu băutura, dar stomacul meu ştia că mint. Soțul meu mi-a făcut bagajele în locul meu. În magazin tot el muncea în locul meu. Deja făcea totul bine în locul meu.

Eu în schimb am pornit să mă odihnesc în Ungaria. Medicul hotelului Gellert mi-a scos ghipsul de pe braț. „Ce de trucuri medicale! " – s-a

minunat. Din punctul lui de vedere, brațul nici nu mi-a fost fracturat. După toate acestea, n-am mai îndrăznit să spun nimic despre stomacul meu, așa că fără nici un fel de întrebări îl "vindecam" cu alcool ...

Pe neașteptate, în Siofok mi s-a schimbat viata în bine. Toata lumea mă aștepta.

"A sosit nebuna aia de americancă" – au spus țiganii – "o să fie rost de petrecere" își aminteau foarte bine de vara trecută, când i-am poftit sus în camera de hotel la o ladă de vin. Țiganii s-au certat, s-au bătut – nu pentru mine, ci pentru lada de vin. A doua zi, întregul Siofok a vorbit despre asta, pentru că în ziua aceea țiganii au cântat din vioară doar acasă.

În mijlocul verii, a sosit și soțul meu. Mâna mi-a tresărit când l-am îmbrățișat, dar din păcate, nu din cauza dragostei. Cumva, atmosfera din jurul meu a devenit falsă și mincinoasă.

Știam ca minciunile eu le-am născut, dar parcă s-au lipit de toată lumea. Soțul meu se purta foarte neobișnuit. Nu mă mai atenționa de ce beau, cât beau, și cu cine beau. Cea mai bună prietenă a mea care până acum era deținătoarea secretelor mele cele mai intime, nu mai vroia să șoptească decât la urechea soțului meu. Toată vara a fost un coșmar, m-am bucurat când s-a sfârșit în cele din urmă, și am zburat înapoi la New York. Soțul meu a zburat în Suedia, la sora lui, pentru o săptămână.

La sfârșitul lui septembrie am jurat din nou, ca NICIODATĂ NU VOI MAI BEA. Complet lucidă, am început să observ lucruri deosebite. De exemplu: soțul meu a devenit superior, si-a croit un mod de existență total diferit de cel dinainte. Nu mi-a împărtășit pricina, dar în fiecare seară ajungea târziu acasă. Mi-a furat trucurile mele vechi, dar în aceasta situație nouă nu puteam să iert nici un pic păcatele lui.

"Așa nu poți să fii partenerul meu de afaceri" – am izbucnit cu mânie - "aici orice muncă și afacere o procur eu! Dacă totul este comun, atunci tu nu poți să fii "solo" în fiecare seară.

Așa a început "războiul sângeros", renunțarea la soțul meu. Deși nu știam cu precizie cum trebuie să renunț la propriul meu soț, totuși s-a întâmplat. Am virat banii comuni depuși la bancă într-un cont numai al meu. Când a aflat Gabi despre aceasta a dat jos toate tapițeriile de pe perete și le-a livrat la un depozit separat. Degeaba am chemat poliția,



mi-au răspuns că nu se implică în problemele de partaj familial. Așa mi-a devenit propriul soț concurent în afaceri. Și-a găsit o galerie, unde și-a putut anina pălăria și acolo a început respectiv a continuat comerțul învățat de la mine.

La modul concret, acest lucru s-a manifestat astfel: noaptea dormeam împreună în același dormitor, dar ziua – ca și concurenți – pentru reușita comerțului său mi-a atras toți clienții mei. Cu trădător am mers la culcare, cu trădător m-am trezit. Totul mi-a devenit suspect. Fiecare cuvânt al său, fiecare mișcare a sa.

Cu mintea limpede am urmărit, cine este omul acesta? Ce s-a întâmplat cu el? A continuat să plece în fiecare seară, cine știe unde. Faptul că nu mă mai iubește plutea în aer, simțeam asta și știam asta. Nu înțelegeam ce este asta și nici nu știam, nici nu puteam să-mi imaginez unde să localizez, ceea ce nu înțeleg. Neputința m-a paralizat.

"Întotdeauna ai tânjit ca să se termine odată" – mă încurajam - "Acuma de ce ești atât de speriată? Asta ai dorit! DECI S-A SFÂRȘIT! Dar de unde durerea aceasta tăioasă care îmi sfâșie inima? Am dorit ca totul să se sfârșească! – mă gândeam – dar nu așa. "

Doar că nu împrejurările mă dureau, ci mă durea pur și simplu faptul ca s-a sfârșit. Pentru oarecare motiv, sfârșitul doare.

La sfârșitul lui octombrie, m-a durut și stomacul, foarte tare m-a durut. Totul mă durea. Am consultat un medic. La indicația lui m-am internat într-un spital cu renume din New York care era la colțul străzii 68 cu York Ave. Acolo au stabilit că trebuie să fiu urgent supusă unei intervenții chirurgicale.

În timpul examinărilor am primit o știre surprinzătoare din Ungaria. Am aflat că în vară, soțul meu nu a călătorit în Suedia, așa cum a vrut să cred eu, ci a rămas acasă în Ungaria, cu prietena mea. Deci prietena mea și cu soțul meu.... Iată, deci secretul. El nu vorbește despre asta pentru că este laș. Mai bine așa, sub centură! În seara aceea, am ieșit din spital la o plimbare, m-am așezat într-un bar, apoi am dus sus în camera mea o sticlă întreagă de vodcă. Cu cât mai mult am băut, cu atât mai negru mi-am văzut viitorul. Apoi am luat somniferele, apoi am luat toate calmantele pe care le-am găsit în flaconul de pe noptieră. Să nu mă mai doară pe mine nimic, niciodată.... În zori, asistenta a observat că ceva

nu este în regulă cu mine. Mi-au făcut o spălătura gastrică, apoi dintr-o dată foarte mulți medici vorbeau în șoaptă în jurul meu. Tentativă de sinucidere în spital? Operația trebuia urgentată, dar acum, decizia era în mâna psihiatrului. El decidea momentul operației.

"De ce ați vrut să muriți? ", m-a întrebat psihiatrul. "Ce necaz aveți? Cum pot să vă ajut? De ce nu mai vreți să mai trăiți? "

"Nu știu în ce fel mă puteți ajuta! "- am răspuns - "Propria-mi viață mi-a devenit străină, nu am mai găsit motive să o mai continui. "

"Operația stomacului dumneavoastră este urgentă" - mi-a explicat - "dar în starea aceasta medicii se tem să-și asume răspunderea. Și dumneavoastră trebuie să o doriți, trebuie să semnați că acceptați... Și eu accept "m-a asigurat" că după operație am să vă ajut. Vă ajut să găsiți motivații, cu care vă va fi mai ușor să vă continuați viața. " M-au operat. Trezirea a fost foarte dureroasă. Chirurgul ședea lângă patul meu, și mi-a împărtășit :"așa se pare c-am reușit să îndepărtăm toate resturile canceroase din stomacul dumneavoastră. Un cancer malign a început în stomacul dumneavoastră... Sperăm că celulele canceroase nu au ajuns încă în sângele dumneavoastră, în acest scop vom face cât mai urgent o biopsie din măduva osoasă. " Bine că stau culcată, am gândit, așa nu leșin. Sau poate toate tuburile anexate corpului meu nu-mi permit leșinul. Mai târziu teama mi-a mai amorțit. Încercam să-mi imaginez cum va fi când vor scobi în osul meu după proba de măduvă, și care va fi rezultatul? Negativ? Pozitiv? Mă gândeam la sfertul de stomac care mi-a rămas, oare mi-a rămas acel sfert de stomac cu care am fost sinceră? Mă gândeam la bisturiul cu care mi-au extirpat trei sferturi de stomac! Ce s-a întâmplat cu el? L-au aruncat? Unde? Apoi m-am gândit la bisturiul cu care soțul meu mi-a tăiat o bucată de inimă, și rana aceea mă durea. Oare el cât mi-a tăiat din inimă? Trei sfert și de acolo? Și unde l-a pus? Doar l-a aruncat așa pur și simplu? L-a aruncat așa cum a aruncat medicul stomacul meu? Psihiatrul meu și-a ținut promisiunea, zilnic ședea de trei ori lângă patul meu! Totul era așa ca atunci când o floare aproape muribundă este îngrijită de razele soarelui, poate mai răsare cumva din rădăcini. Și el mă îngrijea cu cuvintele lui liniștitoare. Interesul lui îmi cădea foarte bine, vedeam cum îmi întinde o mână de ajutor. Dar nu știam cum să o primesc. Rădăcinile mele încă se chinuiau



jos în întuneric. Eram inertă, paralizată de frică. De ură. De supărare. Și soțul meu mă vizita zilnic. Și zilnic ne luam la ceartă. Apoi mi-a spus că va călători în Europa, așteaptă doar să mă simt mai bine. L-am rugat să nu mă mai viziteze, pentru că nu făcea decât să mă agite. Când totuși a venit din nou, m-au cuprins niște hohote convulsive. După aceasta, psihiatrul i-a interzis vizitele. După câteva săptămâni mi-au adus la cunoștință că deși fiecare test a ieșit negativ, va trebui să efectuez patu-cinci săptămâni de radioterapie. Casa mea! Din căminul meu a mai rămas doar casa pe locul ei vechi. Până și cățelul meu a ajuns în spital. M-a chemat veterinarul ca să-mi ceara părerea în legătură cu diabetul cățelului: "Doamnă, ce să fie cu cățelul? Pentru că sau îl adormim și gata...Sau rămâne în viață, dar va trebui să-l injectați zilnic cu insulină." "Nu! "am implorat. Mi-am luat răspunderea de a-l injecta zilnic. Soțul meu se pregătea pentru Europa. A tăgăduit aventura din vară cu prietena mea (sunt doar bârfe maghiare ieftine!), era incert unde călătorește, în orice caz se pregătea. Cu paltonul nou din păr de cămilă, la gât cu un șal lung (acesta nu l-am mai cumpărat eu) era foarte atrăgător, chiar și în părul lui sare-piper, dintr-o data a apărut mai mult piper. "Te voi suna din Londra! "mi-a spus în grabă în timp ce-mi dădea un rapid sărut de rămas bun. "Din Londra? "mi-am adus aminte de vechiul meu apel din Londra. "Oare el din care Londră? "Iar eu mă pregăteam pentru prima ședință de radioterapie. Mi-au însemnat corpul în diferite locuri, iar spălatul corpului îmi era interzis timp de patru săptămâni. Căutau celulele canceroase în capetele de femur. Parcă am căuta un ac într-un cazan cu cărbuni" - mi-au spus medicii. Când psihiatrul meu a aflat că soțul meu a plecat în călătorie a rămas surprins și revoltat în același timp. "De ce nu mi-ați spus mai devreme? "- a întrebat - "Aș fi vorbit cu el" "O, nu! "am răspuns. "Cine vrea să plece, trebuie lăsat să o facă. "Sigur acum nu este momentul cel mai potrivit, ar fi fost mai bine cu câțiva ani înainte. Ziua Recunoștinței, cu șase săptămâni înainte de Crăciun, este o sărbătoare în Statele Unite, însoțită de tradiționala cină cu curcan. Eu am rămas singură de sărbătoarea curcanului. Singură cu cățelul meu diabetic. Dumnezeule, astăzi pot să mă îmbăiez, asta era singura mea bucurie la care puteam să mă gândesc. Astăzi m-au supus la o altfel de radioterapie. Ultima cea de încheiere. Nu știam exact ce

înseamnă, dar m-au trimis într-o altă încăpere, unde totul îmi era necunoscut. Aparatul de radioterapie mi se părea de trei ori mai mare decât cel de dinainte. Îmi era teamă în încăperea aceasta, pe cealaltă o cunoşteam deja. Pe perete era o pictură uriaşă: malul feeric al unui lac şi o potecă care mă conducea sus în munţi. Când au pornit procedura de iradiere, am început să număr încet şi în imaginaţia mea am pornit-o dinspre lac spre munţi. Până când am numărat la o sută am ajuns în vârful muntelui. Alunecasem deja aproape complet sub aparatura uriaşă. Dumnezeule, dacă se prăbuşeşte pe mine! . Au pus aparatul în funcţie şi asistenta a părăsit încăperea. O vedeam prin uşa de sticlă stând de vorba cu un bărbat îmbrăcat în alb. As fi vrut să o strig, să o implor să nu mă lase singură, mi-e teamă! Mi-e foarte teamă - dar şi aşa nu mă mai auzea! Nici ea nu mă mai aude, şi ea m-a părăsit, nimeni nu mă mai aude! Am încercat să mă gândesc la sute de mii de lucruri, totuşi nu mă puteam gândi la nimic. Nu am văzut până acum atât de aproape de mine deschise porţile morţii. Vai, am uitat să număr... Dar a trecut de mult suta. Poate au trecut şi două sute, dar terapia continua, iar eu nici nu puteam să mă mişc sub aparatura uriaşă. Am strigat, am urlat. Afară femeia zâmbea în continuare, nici nu s-a întors înspre mine. Am ştiut, a uitat de mine! Femeia m-a uitat acolo sub aparat, şi când şi-a adus aminte, m-au scos de sub aparat pe jumătate leşinată, iar coapsa mea avea o culoare sângerie. Atunci a susţinut că cealaltă coapsă era în urmă cu terapia. Aşa o criză nervoasă a pus stăpânire pe mine, cu un plâns în hohote chinuitoare, că nici măcar tranchilizantele nu au mai avut nici un efect asupra mea. Următoarea iradiere s-a amânat şi în sfârşit mi-a sărit în ajutor şi psihiatrul meu. Lui am putut să-i împărtăşesc, printre hohote, frica ce m-a cuprins. A încercat să mă liniştească, mi-a spus să nu mă tem, de acum înainte nu mă mai lasă singură. "Am o colegă foarte amabilă, Monica. "- mi-a spus -"ea o să rămână cu dumneata câteva zile. Ziua, noaptea va fi în prejma dumitale"Aşa am cunoscut-o pe Monica, care mai târziu, a pornit-o alături de mine spre casă cu o sacoşă uriaşă plină cu toate cele necesare. Plină de buna-voie cu o faţă curajoasă m-a însoţit şi la primul colţ m-a anunţat veselă;"Acum cea mai mare nevoie a ta este o băutura tare! "Am şi băut-o în primul bar. Până când am ajuns în al doilea bar, Monica mi-a cunoscut întreaga viaţă. În al treilea bar am



primit aer mai uşor, şi în mod categoric am simţit că aparatul de radioterapie nu ne mai poate ajunge din urmă. Dimineaţa ne-am trezit împreună. Monica mi-a adus bere şi mi-a preparat cafeaua. Râdea din nou şi era bine dispusă.. "Ştiu, nu este potrivit să îi servesc alcool stomacului tău bolnav"- mi-a spus -"dar tu eşti un caz ieşit din tipar. E îngrijorător faptul că fără băutură te vei prăbuşi. Susţin că ai putea să ai probleme mai mari din punct de vedere nervos, şi cu un sfert de creier funcţionabil este mai grav decât cu un sfert de stomac, cel puţin aceasta este părerea mea! "- şi mi-a spus asta fără să-i dispară zâmbetul de pe faţă. "A apărut acum un best-seller cu titlul: "La început plângi un pic... "Întâmplarea este asemănătoare cu a ta, şi este o întâmplare adevărată şi ea. Rhoda este reporter, soţul ei este medic, şi trăiesc fericiţi până când într-o bună zi Rhoda află că este bolnavă de cancer la sân, iar sânul trebuie extirpat. Între timp soţul o anunţă că nu o mai iubeşte, nu o mai poate accepta fără sân, nu o mai doreşte." Am plâns şi eu un pic, Monica m-a consolat: "Poate că odată ai să îţi scrii şi tu propria-ţi poveste, dar titlul ei o sa fie "La început bei un pic..."După aceea mi-a mai povestit o mulţime de lucruri utile:"După iradiere urmează transformarea intimă a femeii, urmează climacteriul. Chiar şi la modul firesc femeile trec mai dificil de această perioadă biologică. " "O, dar asta nu ştie nimeni"- m-am aparat -"Aşa ceva nu spun nimănui. " "Dar tu vei şti. Ştii şi că s-a destrămat căsnicia ta, ca îşi duce cele din urma zile. Sper că nu aparţii acelor femei, care aşteaptă până în ultimele lor zile, reîntoarcerea soţului, că vechea dragoste va sta din nou pe locul dinainte şi că se va îmbunătăţi relaţia de <niciodată-n-am-comunicat-între-noi>! "N-am îndrăznit să-i spun Monicăi ca şi eu am aşteptat douăzeci de ani - la început cu răbdare, apoi cu nelinişte, febrilă - beată, transformată - si eu am aşteptat şi aştept şi acum. Dar mi-era ruşine chiar şi faţă de mine de această umilinţă. "La ce te gândeşti? Ce ţi-ai dori în această clipă cel mai mult?" m-a întrebat Monica. "Păi - mi-ar fi drag să învăţ să zâmbesc - aşa cum zâmbeşti tu." "Zâmbetul nu se poate învăţa"- mi-a răspuns. "Dacă este învăţat, mai devreme sau mai târziu va deveni ...fals. Zâmbetul adevărat este mesajul sufletului liber." "Monica, Monica..."- am implorat-o, spune-mi te rog ce ai face, dacă tu ai fi Catherine Matinee? ""În primul rând aş şterge tot ce este în jurul meu." "Şi asta ce

înseamnă?" "Să ştergi totul, să rupi legăturile" - mi-a răspuns Monica - "să rupi legăturile în primul rând cu soţul tău, care ar putea să ajungă în orice clipă acasă. Tu trebuie să te hotărăşti şi să exprimi, ceea ce vrei." "Păi, ce doresc eu? "Căutam după aer, mâinile îmi amorţiseră. Apoi am amorţit de tot şi vorba îmi era amorţită când am rostit: "Eu vreau să divorţez! ". Monica m-a îmbrăţişat. "Acesta este primul pas greu pe drumul cel bun. Acum însă trebuie să chemăm imediat o societate care se ocupă cu mutările, şi să golim casa. Vei avea nevoie doar de patul tău şi de galerie." Restul s-a întâmplat rapid, una după cealaltă. Deja lipeam ultima cutie, oamenii erau ocupaţi cu mutarea, casa era goală complet. Şi sufletul mi s-a golit total. Poate au cărat una, două cutii şi din greutăţile sufletului meu. Seara la şase a intrat agale şi soţul meu îmbrăcat cu paltonul din păr de cămilă. La vederea locuinţei goale a pălit, şi cu o faţă transfigurată a început să strige bâlbâit: "Ce ai făcut tu aici? ! Eşti beată? Ţi-ai pierdut minţile? "A pornit înspre mine, dar atunci a observat-o pe Monica. "Kati mai rămâne aici câteva zile, dar vrea să-şi vândă casa, şi în viitor vrea să trăiască singură."- i-a împărtăşit vestea liniştită. "Dar de ce nu îmi spune Kati aceste lucruri? Eu de la ea vreau să le aud, nu de la dumneata! Dumneata eşti străină, ce cauţi aici de fapt? ! " "Eu sunt psihologul lui Kati. Au atins-o asemenea traume în timpul absentei dumneavoastră, că acum am eu grijă de ea."- a răspuns Monica. "Ce fel de traume? De ce? Ce s-a întâmplat? a întrebat Gabi cu un sentiment de vinovăţie. "Mai târziu veţi afla totul. Va rog foarte frumos să plecaţi acuma, nu aş dori să o tulburaţi şi mai mult pe soţia dumneavoastră." Aceasta a fost clipa în care soţul meu m-a privit, ca şi acum douăzeci de ani înainte. Era foarte aproape să izbucnesc în lacrimi de slăbiciunea lui sufletească. Şi-a îndreptat braţul spre mine. Dar am mai avut atâta putere să mă întorc de la mâna lui întinsă. După ce a plecat, Monica a chemat imediat lăcătuşii. La casa goală a ajuns o închizătoare nouă, la închizătoare nouă cheie nouă, la viaţă nouă cheie nouă. Acum trebuie doar să învăţ modul de întrebuinţare a noii închizători, un mod fără durere. M-a ajuns din urmă şi Crăciunul. Crăciun negru, cu stare sufletească neagră... Simţeam că o tăcere înfricoşătoare, un gol înfricoşător va fi viitorul meu. De parcă şi casa, şi strada, şi omenirea, toată s-a golit, şi am mai rămas doar eu aici. Să dorm, nu-mi doream



decât să dorm. Am întins mâna spre sticlă. În seara aceasta atât alcoolul cât şi somniferul au avut un efect mult întârziat. Am dublat cantităţile. Dar chiar şi aşa mi s-a părut un chin nesfârşit, până când am primit primul semn, până când m-am liniştit un pic. Dar de fapt de ce îmi este frică? De ce îmi văd viitorul atât de întunecat? Treptat, încet, am început să mă luminez, să văd că în mod concret nu am pentru ce mă teme. O să mă întorc la viaţa mea normală, şi chiar viaţa de mâine nu va fi atât de grea, precum am crezut. Voi avea atâta putere ca să mă întâlnesc cu viaţa de mâine. Încet, până când mi-am adus aminte de ce şi pentru ce mi-e frică, şi nesiguranţa a încetat să mă frământe. Eram nefericită şi în acelaşi timp fericită. Somnul m-a cuprins în braţele sale.

# 1976 IANUARIE:IANUARIE GREU

Cel mai friguros, cel mai neprietenos, cel mai duşmănos ianuarie. Dacă mila faţă de propria persoană s-ar putea măsura, a mea era nemăsurabila. Pe jumătate beată mi-am sunat soţul şi i-am adus la cunoştinţă faptul că vreau să divorţez etc., etc. ... Voi vinde casa, etc. ...Am deja advocat pentru procesul de divorţ, etc., etc. ... De acum înainte orice are să-mi comunice, să ia legătura cu avocatul meu etc., etc. ... A ascultat fără să scoată un cuvânt toata vorbăria mea. Nu mă crede, asemenea lucruri nu le pot gândi serios. Am trântit telefonul. Avea dreptate, n-am gândit serios. Am crezut că va sparge într-o buna zi uşa de la casă, atât de mult îşi doreşte să se întoarcă la mine. Am sperat că va trimite un buchet uriaş de flori ca să-l iert. Am crezut că va sta ziua, noaptea, plângând la uşa mea, implorându-mă. Dar nimic din toate acestea nu au devenit adevărate. Primul week-end din luna ianuarie, în absenţa mea mi-au jefuit magazinul, mi-au luat toate tapiţeriile antice. Au furat totul de pe pereţi, galeria au lăsat-o deschisă, dar era deschisă şi trapa de pe acoperiş. Au găsit şi au luat tot aurul meu, banii din casă. Poliţie, detectivi, luare de amprente. "M-au jefuit..." îmi repetam complet amorţită - "m-au jefuit.. ! "A doua zi soţul meu însoţit de avocatul său (avea deja şi el! )a venit după lucrurile lui personale. El a rămas afară, doar avocatul a păşit înăuntru. Uşa fiind deschisă, căţelul a fugit cu iuţeală ameţitoare afară la soţul meu. Deja şi căţelul dorea să meargă cu el, degeaba l-am chemat, doar plângea afară în stradă. Când am fugit afară după el, a sărit sub o maşină care era în mişcare. A murit de frică - sau s-a sinucis? Din spital mi-a telefonat medicul că ultima şedinţă de radioterapie trebuia neapărat efectuată. Primeam aer cu greu, întâmplările mă sufocau. Şedinţa de radioterapie am efectuat-o la clinica situată la colţul dintre First Avenue şi strada 68, iar avocatul meu avea biroul la şase colţuri mai departe pe strada 74. După tratament aproape că nu mai vomitam de loc. Greţurile mi-au revenit în biroul avocatului meu. Partaj, cui ce îi revine...Divorţ în stil maghiar. Toate plăţile le fac



eu. La ieşire, pe drum m-am odihnit un pic într-un bar sau două, aveam nevoie de un anume lipici, nu cumva să mă destram. A treia oprire era la psihiatrul meu, care doar şi-a clătinat capul când m-a privit: asta deja e precis prea mult. "Asemenea două drame nu pot, nu trebuie să fie completate cu a treia drama" "Despre ce vorbiţi?" am întrebat" Care este a treia dramă? " "Alcoolul..."mi-a răspuns liniştit. "alcoolul". "Nu-mi cereţi acum să renunţ şi la el! Este singurul meu calmant, care mă ajută un pic. O să renunţ la el, imediat ce o să depăşesc toate necazurile."- am promis. "Na bine, bine... dar măcar fiţi atentă la cantitate, doar aveţi un sfert de stomac". La acest sfert de stomac nu mai puteam fi atentă. Mă temeam de nervii mei, aceştia îmi dădeau acum stări de panică.

La sfârşitul lui ianuarie s-a terminat urmărirea pentru jaful din casă. Sentinţa: autor necunoscut. Totul a dispărut fără urmă. Am terminat şi radioterapia, rana mi se vindeca frumos, dar i-a rămas o urmă.

Pe 27 ianuarie s-a pronunţat divorţul meu în Santa Domingo în limba spaniolă. Terminarea divorţului s-a pronunţat pe 29 ianuarie în New York în limba engleză. Dar pe mine mă durea în maghiară. M-am îmbrăcat elegant, cu gust (iarăşi o pălărie nouă) la ultima întâlnire oficială. Toata lumea a fost prezentă. Şi el "fostul" soţ, în paltonul din păr de cămilă. S-a terminat starea "noastră", nu mai era decât starea "mea" şi a "lui". "A noastră" aparţinea doar de trecut. Asta acum nu e glumă, mă gândeam, căci şedem atât de serios în jurul mesei cu tăişul amabilităţii atârnând în aer, feliind "averea" noastră. Cui, ce i se cuvine? Eu îi puteam păstra numele şi primeam întreaga casă. El primea de la mine jumătate din preţul casei. Avocaţii, după divorţul reuşit, ne-au strâns mâinile cu mulţumire şi ne-au urat multă fericire. Şi eu zâmbeam... Mă bucuram că am reuşit să păstrăm la exterior faţa noastră nepătată. " Draga mea Katy, aşa e viaţa..." fredonam în linişte – ca o femeie divorţată. Ei, acum, femeie divorţată, soarta îţi este în propriile-ţi mâini. Dacă dai timp timpului te vei vindeca. O să mai zâmbeşti tu aşa cum ştie Monica - îmi tot spuneam. În februarie au adus înapoi mobila în casa cea goală. Totul şi-a reluat locul. Galeria mi-am închiriat-o unui boutique. Şi cu rămăşitele galeriei mele m-am mutat la etajul al patrulea. De acolo îmi rezolvam în continuare afacerile cu colegii mei vechi care îmi erau de mare ajutor. La început n-am vrut, nu am îndrăznit să fiu

atentă la durerile cauzate de divorț. Emoțiile mele le ascundeam undeva cu puțină vodcă. Emoțiile mele le ascundeam undeva cu puțină vodca şi curtezani total necunoscuți. Uneori chiar credeam că nici nu este atât de rea aceasta nouă viață, căci sunt liberă. Nu mi-am dat încă seama că această libertate este veşnic înconjurată de străjerii alcoolului care au început să-mi limiteze spațiul. Fostul meu soț îmi telefona aproape zilnic, mă implora, îmi cerea să-i acord o întâlnire. Vreau să fiu sincer cu tine îmi spunea. Şi lui îi era greu ca şi mie de altfel, fără corpul obişnuit, fără mâinile cunoscute în jurul meu. Uneori îl acceptam în patul meu, ca să-mi atenueze sentimentul acut de pierdere. Dar ceva se întâmpla, corpul meu se revolta. De cate ori dormeam cu el, de atâtea ori îmi venea să vomit. Nu înțelegeam, doar am trăit 20 de ani împreună. Sfertul meu de stomac tăcea, mi-a lăsat mie obligația unui răspuns. La sfatul dr. Ari, psihiatrul meu, mergeam la o terapie în grup, pentru cei traumatizați de divorț. Ne puneam roată în jurul mesei şi fiecare la rând îşi spunea păsurile, respectiv ce a reuşit să cunoască nou despre sine despre divorț. "Doar atunci când suntem în afara tabloului" a spus dr. Ari- "atunci putem vedea ce a fost în jurul nostru". La modul categoric era împotrivă ca după divorț, respectiv după ruperea legăturilor din căsnicie să ne refugiem într-o altă legătură orbeşte, fiind plini de durere şi fără să ne cunoaştem pe noi deloc. Când mi-a venit rândul mie, obrazul mi s-a transfigurat, l-am acuzat pe soțul meu cu o supărare şi ură de nemăsurat. Am povestit cum a încercat să îmi ademenească cumpărătorii în timp ce dorea să doarmă cu mine, cum a încercat să mă fure, să mă joace pe degete. Cineva a întrebat liniştit: "Şi tu, în timpul acesta unde-ai fost? Unde-ai fost tu? " "Cum adică unde-am fost? ! Bineînțeles eram prezentă..." Cum adică unde eram? Doar mai târziu, mult mai târziu, am înțeles cu surprindere. Întrebarea nu era unde eram fizic, ci unde era gândirea mea. „ Poate în sticla de whisky"- am gândit. Din păcate, eram în sticlă.

Nu a mai rămas nimeni în jurul meu, doar pe mine mă mințeam zilnic că de mâine nu voi mai bea. După amiază îmi permiteam o bere, în speranța că în aceea zi nu voi mai bea mai mult. Şi totuşi în dimineața următoare mă trezeam cu fiecare oglindă scuipată. Le scuipam fără să fiu conştientă, pentru că mă mințisem din nou. Degeaba mă tot spălam,



tot nu mă simțeam curată. Trăiam într-un beci cu demonii mei sufleteşti, fără uşurare, fără dragoste, fără de lacrimi. În dormitorul meu tapițat cu catifea, unde cândva, cu sufletul liber eu eram conducătorul, mă simțeam acum deținutul în închisoarea proprie. Aici în celula mea, patul celalalt era gol, tovarăşul meu se eliberase deja. Întreaga casă era copleşită de o stare apăsătoare. Poate nimic nu este atât de groaznic, mă gândeam, ca faptul de a rămâne în acelaşi loc în care s-a petrecut o tragedie. Ea este preluată de aerul din încăpere, se infiltrează în fiecare colț, şi oricât ai aerisi, mirosul ei rămâne veşnic. Pe străzi începuse să se instaleze primăvara, dar în casa mea era încă iarnă, era frig ca în viața de apoi. Îmi era foarte frig. Nu mă mai înțelegeam pe mine nici preț de o clipă, totuşi nu îndrăzneam să mă îndepărtez de mine. Degeaba priveam în oglindă după ajutor, fața mea flegmatică îmi spunea lipsită de inimă: "Nici eu nu ştiu cine eşti, Kati, nici eu nu te cunosc" Păi, cine sunt eu? De unde să am eu atâta putere ca să mă iau la luptă cu această durere incomensurabilă? Singurul meu medicament este sticla, paharul, alcoolul. Fostul meu soț deja fugea, evada de mine nopți de-a rândul. L-am sunat băută la telefon, l-am amenințat cu sinuciderea dacă nu mă ascultă până la capăt, dacă nu-i pot spune ce mă doare, dacă nu ascultă cu mine ultimul şlagăr, pe care eu ştiam deja să-l fluier în întregime, când eram beată, pentru că a fost scris pentru mine, pentru noi: "Emoții, dureroase emoții, îmi doresc să nu-ți fi dat drumul niciodată, niciodată nu te vei mai întoarce." Încă îmi frecventam psihiatrul, dar fără mare folos. Şi acolo mă duceam beată, aşa că nu puteam afla nimic despre mine. Când s-a instalat primăvara îmi era încă frig, deşi eram veşnic îmbrăcată în haine foarte groase. Cunoştințele mele nu înțelegeau: "De la ce ți-e frig? " "de noapte" – gândeam -„de durerile nopților." În timpul nopții auzeam voci, două feluri de voci, o voce de femeie şi o voce bărbătească. Cele două voci vorbeau un timp îndelungat uneori despre lucruri pe care le vorbeam în trecut cu soțul meu, altă dată despre lucruri pe care nu ni le-am spus niciodată. Auzeam şi voci zburdalnice: "ai promis asta... " "şi tu ai promis dar n-ai făcut" „După toate câte s-au întâmplat? Şi eu am aşteptat degeaba, şi nici tu nu ai făcut-o... " Din nou s-a auzit vocea de femeie... acum ar face deja totul, dacă ar primi ocazia... Dimineața mă trezeam obosită...îmi era frig... mă gândeam cu

groază, că de ceea ce mi-a fost, în secret, frică, groază, întotdeauna, s-a adeverit! ! Am pierdut totul dintr-o dată, casă, mamă, soțul, cățelul, mintea. Până și simțirea mea, dar acum, ceea ce a fost cel mai groaznic... și pe mine. Dacă capul meu ar mai fi capabil să lucreze ca pe vremuri - când eram încă eu - aș găsi drum spre ieșire. Dar nu mai sunt în stare să gândesc așa, pentru că în întunericul în care am trăit, a dispărut "voința". În casă e liniște, nici telefonul nu mai sună. De zile întregi nu am ieșit afară din casă, acolo afară și așa nu se întâmplă nimic, gândeam eu. Dacă, uneori, priveam afară pe fereastră, vedeam perechi înlănțuite, iar ochii mei îi urmau dureros până când, așa înlănțuiți, dispăreau după primul colț. Durerea venea dintr-o adâncime atât de mare, că nu mai primeam nici aer...Trăiam în trecut, căutam trecutul, doar acolo îmi puteam autentifica existența, am evadat înapoi în siguranță... dar am rămas lipită acolo...Așteptam glasuri care să mă cheme înapoi, un ajutor, ceva în care m-aș putea ancora. Cunoștințele îmi spuneau că dacă nu renunț la băutură, voi pierde totul...N-am înțeles despre ce vorbeau, căci toate acestea s-au întâmplat deja. În fiecare seară îmi doream să mor, dimineața îmi doream să mai trăiesc un pic, dar seara îmi dădea din nou târcoale dorul de moarte. În cercul "nostru" de gândire mai doream să trăiesc, dar în al "meu" doream doar să mor.



# SEPTEMBRIE, PRIMUL WEEK-END, DE ZIUA MUNCII, 1976

Am plecat cu fostul meu soț în East Hampton, într-un lung week-end. După trei - patru săptămâni de băut continuu am urcat în mașină într-o asemenea stare de mahmureală, că și scaunul de sub mine se zgâlțâia.

Am mințit că de demult nu mai beau, nici măcar nu mă mai gândesc la băutură. Bineînțeles, Gabi știa oricum, se și vedea de fapt, că singurul obiect care nu tremura pe mine, era pălăria mea cu boruri late. Au urmat trei zile îngrozitoare.

Ne-am certat, am tăgăduit, am invocat. Am disecat cauza pentru care nu putem să ne începem din nou viața. "Nu suport bețiile tale" - a spus - " nu pot privi cum sub ochii mei devii o ruină. Te-ai prostit...ți s-a tocit gândirea, băutura te distruge complet. " "Acest mic nimic. " - am gândit. Când l-am cunoscut, abia îndrăznea să se miște. Tot ce știe, a învățat de la mine, eu l-am crescut, eu l-am îmbrăcat, eu l-am hrănit. Până și meserie i-am dat tot eu! Dar în clipa aceea mi-am adus aminte că atunci când i-am povestit psihiatrului meu aceleași lucruri, el mi-a spus: "Așa se vede că tu ai completat pentru el dragostea de mamă." Apoi a oftat adânc și foarte încet, pe sub mustața lui, a murmurat: "Dar oare cât timp poate un bărbat să facă dragoste cu propria-i mamă? "

# ŞI MARI...

În grupul de traumatizaţi în urma divorţului am întâlnit-o pe Mari. Şi Mari a divorţat. Şi Mari bea. Mari este pediatru în Long Island. Soţul ei este tot medic, chirurg şi locuiesc amândoi pe strada principală. Aveau două case, lipite una de alta. Într-una locuiau, într-una consultau. După divorţ şi-au împărţit averea, dar au rămas vecini. Când chirurgul aducea seară femei acasă Mari vedea totul de la fereastră şi trebuia să bea. Chirurgul aducea în fiecare seara o femeie acasă. Mari bea în fiecare zi. Noi două am devenit foarte bune prietene. Dumnezeu s-o binecuvânteze pe Mari! Împreună plângeam, beam, râdeam şi organizam petrecerile de beţie din ce în ce mai demenţiale. Amândouă eram convinse că problema noastră nu este alcoolul "paharul îl punem jos, atunci când dorim" - acum la început bem puţin, căci gurile noastre au rămas atât de însingurate. În alcoolism negarea este principala cauză a bolii, iar ea s-a introdus în organismul nostru prin alcool. De aceea am şi simţit faptul că mintim, dar totuşi amândouă am crezut că suntem sincere. Am primit o scrisoare de la tatăl meu din Ungaria. Îmi scria să mă duc acasă pentru că doreşte să mă vadă. Am plecat în luna august. Am încercat să-mi frânez băutul dar n-am reuşit. Acasă am plâns pe umărul tatălui meu, beată fiind. Acum sunt deja femeie liberă, mi-a reuşit divorţul. Medicii mă asigură că nu mai exista nici o urmă din boala mea canceroasă, operaţia a reuşit. Dar băutul nu pot să-l abandonez, nu-mi reuşeşte, TREBUIE SĂ BEAU. "Dacă tu vrei de-adevăratelea" - m-a asigurat tatăl meu - "eu am încredere în tine, fetiţa mea, ţie întotdeauna îţi reuşeşte totul...şi acum ai să găseşti drumul."



# DRUMUL SPRE ACASĂ

Pentru fiecare zi nereuşită am cumpărat o sticlă de votcă. Speram că aceste trăiri îngrozitoare să înceteze. Au trecut patru-cinci zile dar nu ştiu în ce fel. Dormeam numai cu votcă. Dacă uneori mă trezeam, imediat întindeam mâna după sticlă. În ziua a cincia nu am mai avut putere să destup ultima sticlă cu vin roşu. Am spart gâtul sticlei. Cioburile din sticla spartă s-au împrăştiat peste tot. N-am mâncat, doar am băut. La marginea patului meu au venit să-mi cânte ţigani maghiari. Îmi amintesc cum le dădeam drumul afară, dar ei se reîntorceau din nou şi din nou. O dată am văzut-o pe mama. Mama mă privea şi mă ruga: "Nu mai bea fetiţa mea, pentru că dacă tu bei, eu trebuie să plâng într-una! "Ştiam că mi-am provocat în corp necazuri mai mari decât cele dinainte, pentru că sfertul meu de stomac sângera. Cu degetele tremurânde am sunat-o pe Mari. "Dacă vrei să mă vezi în viaţă, vino imediat! Sunt pe moarte..."- am spus cu ultimele puteri. Mari a venit după mine, m-a luat cu ea şi m-a dus în Long Island. M-a injectat, m-a hrănit, m-a trezit la viaţă. A treia zi am cerut deja bere. Mari mi-a răspuns: "Nu este, eu nu mai beau. Cât timp ai fost plecată în Ungaria, am intrat în rândul Alcoolicilor Anonimi.

"Da"- mi-a spus "eu sunt alcoolică. Cred, Kati, că şi tu eşti la fel. Şi băutul tău a ajuns într-un punct atât de rău că nu mai poţi spera la nimic bun de acum încolo. Dacă vei bea din nou, dacă vei avea din nou halucinaţii, nu ai să mai vezi ţigani maghiari ci uriaşe ploşniţe americane. Dacă acum există în tine o mică fărâmă de suflet care doreşte să se vindece, nu-i da din nou de băut, e foarte important sa nu-i dai de băut, pentru că fărâma aceea va adormi, dar va adormi pentru întotdeauna - vindecarea va fi atunci imposibilă... va veni moartea. Mari m-a dus acasă, mi-a dat somnifere şi o cărticică unde erau menţionate cele câteva locuri de întâlnire a Alcoolicilor Anonimi din New-York şi orele lor de întâlnire. Duminică dimineaţă tânjeam deja atât de tare după un pahar de bere, ca niciodată. Ştiam că până la amiază nu se poate

cumpăra (doar după liturghia de duminica din biserică), şi în situaţii similare, mergeam şi furam din prăvălie. Am hotărât să caut în cărticica, dacă până la amiaza este undeva o întrunire. Dacă bunul Dumnezeu hotărăşte aşa, ca să fie, atunci mă duc acolo. Dacă nu este, atunci mă duc după bere. Dar Dumnezeul meu treaz m-a apucat de mâna. 1976-12 septembrie m-a dus la prima şedinţă AA care începea la ora 12.



# ZIUA MEA DE NASTERE - ABSTINENŢA MEA - PRIMELE TREISUTESAIZECI DE ZILE

Conform vechilor înţelepţi, dacă stăm pe locul rău, locul nostru bun este gol. La şedinţele AA am simţit prima oară că stau pe locul meu adevărat. Pe aceste scaune am învăţat că nu sunt singură. Şi alţii sufereau, suferă de iluziile întunecate ale alcoolului. Am învăţat că nu sunt un om rău, ci sunt un om foarte bolnav. Recunoaşterea acestui lucru este începutul vindecării, iar răbdarea mea va fi pasul salvator pentru abstinenţa mea. Unul dintre cuvintele de bază necesare vindecării mele era dorinţa sinceră. A doua cerinţă obligatorie pentru dobândirea abstinenţei era asumarea denumirii bolii mele, pentru că doar aşa o pot trata, dacă îi ştiu numele. Dacă îmi accept boala, exact aşa de parcă aş avea diabet zaharat. Diabeticul ştie ca are nevoie de doza zilnică de insulină. Eu am nevoie zilnic de doza mea de abstinenţă, adică de şedinţele AA. La început m-am mirat de ce trebuie să ne prezentam aşa la şedinţele AA:"Sunt Sandra, alcoolică. ", "Robert sunt, alcoolic. " Mai târziu am înţeles de ce este important acest lucru. Trebuie să mă identific cu cuvântul, să mă obişnuiesc cu el, să-l învăţ, să nu mă tem de el, să nu-mi fie ruşine de el, dar mai mult decât toate acestea la un loc, să nu-l uit nici o secundă. În primul rând sunt alcoolică, şi doar apoi, femeie de afaceri, mamă, soţie, colegă, pentru ca dacă abstinenţa mea nu are continuitate, celelalte nu mai sunt posibile.

Am avut noroc pentru că mergeam cu drag la şedinţele AA. Am avut noroc pentru că foamea după alcool a dispărut. Nu mai doream să mă refugiez, era mai important să aflu "de ce am vrut să mă refugiez? " Nu a fost uşor la început, dar nici cele mei grele zile în abstinenţă nu au fost atât de dure ca şi ultimele zile de băut. Acele zile îngrozitoare nu am vrut să le uit. Acelea m-au ţinut abstinentă. Aceeaşi putere care m-a îndrumat spre băutură mă îndruma acum spre abstinenţă. Aş fi vrut să ştiu tot încă din primele săptămâni. Trebuie să ai răbdare, auzeam aproape în fiecare minut. „Nu într-o lună sau două am ajuns la punctul

critic al băutului nostru", mi-au spus. Priveam uimită la aceşti oameni abstinenţi, la abstinenţa lor de 5, 10, 15, 25 de ani, cum zâmbeau sinceri, curajoşi, liberi, siguri pe ei.

Aşa doream să fiu, ca şi ei.

Am învăţat multe de la ei despre mine, despre alcool, despre alcoolism. Dumnezeu să-i binecuvânteze pe acele sute de feţe zâmbitoare abstinente, dintre care, la foarte mulţi nu le ştiu decât numele mic. Dumnezeu să-mi binecuvânteze abstinenţa, Dumnezeu sa-i binecuvânteze pe Alcoolicii Anonimi.

Mi-au propus la început să mă duc 90 de zile la 90 de şedinţe, dacă după 90 de zile nu doresc să accept filozofia AA-ului pot să mă întorc la sticlele mele „fericite". Dar frica, „să trăiesc pentru a bea şi să beau pentru a trăi", m-a reţinut.

Am învăţat că abstinenţa mea este un program de 24 de ore. Nu trebuie "veşnic" şi "niciodată", ci doar 24 de ore să rămân abstinentă. Ziua de ieri a trecut, cine ştie ce va fi mâine. Deci doar cu astăzi trebuie să mă iau la trântă. În 24 de ore se poate totul suporta. Şcoala de abstinenţă a A. A-ului pregăteşte o hartă cu drumul abstinenţei noastre. Obiceiul este ca la fiecare şedinţă să se afişeze pe perete cei 12 paşi cu cele 12 tradiţii ale A. A-ului.

Primul pas: Am admis că eram neputincioşi în faţa alcoolului, că nu mai eram stăpâni pe viaţa noastră.

Alcoolismul este o boală mortală; am învăţat băutul, acum trebuie să învăţ abstinenţa. "Învăţatul" acesta este diferenţa dintre abstinenţă şi abstinenţa senină. De multe ori îmi aduc aminte că atunci când m-am oprit din băut sau am fost obligată să mă opresc eu nu am schimbat nimic, nu am învăţat nimic, nu am evoluat cu nimic. Aşa, continuarea firească a fiecărei abstinenţe a fost băutul. Astăzi deja ştiu că nu mai pot rămâne aceeaşi persoană ca şi cea dinainte pentru ca aceeaşi persoană va bea din nou.

Caracterul abstinenţei mele este acum total diferit. Cursul evoluţiei mele este continuu. Eu am băut singură, dar noi ne-am trezit. Singură nu am putut să mă dezvolt, dar în societatea A. A-ului pot să învăţ dezvoltarea mea. Sunt abstinentă, dar încă sunt alcoolică.

Alcoolismul este o boală. De aceasta boală *nu mă pot vindeca*, dar pot *sa o odihnesc* ştiind că nu beau. Această alegere este a mea. Deci eu sunt



răspunzătoare pentru ea. Iluzia că vreodată voi bea ca şi un băutor social este exact aşa o minciună ca şi viata mea de până acum. Alcoolismul nu trece, el devine din ce în ce mai adevărat. Boala mea este cărăuşul nerecunoaşterii ei. Aceasta îmi şopteşte fals că nu sunt bolnavă. Lipsa recunoaşterii mele şopteşte cu glasul meu interior: "beau doar un pahar, acuma am învăţat la ce să am grijă, acum va fi cu totul altfel. " Întrucât nu îmi cunosc boala, încerc să mă conving că voi controla incontrolabilul.

De aceste şoapte interioare a trebuit la început să mă păzesc cel mai mult, pentru că sunt şoapte mincinoase de alcoolic. După una-două luni, am observat că în jurul meu, la dreapta şi la stânga unii au căzut din nou. Asta m-a speriat foarte tare. Sponsorul (naşul meu) străbătuse deja acest drum. La început m-a ajutat foarte mult, era în permanenţă lângă mine, lângă stările mele sufleteşti învolburate. Şi atunci la început m-a liniştit, să nu mă tem. A susţinut mereu că nimeni nu-mi va turna cu forţa băutura pe gât. Asta puteam face doar eu. Cei care au căzut înapoi au hotărât singuri că se reîntorc la băutură. "Dar de ce? ", am întrebat-o pe Anita (sponsorul meu).

"Pentru că nu au băut încă destul, pentru că sunt alcoolici, pentru că suntem oameni bolnavi", mi-a răspuns Anita. Alcoolismul determină distrugerea noastră pe plan fizic, pe plan sufletesc şi pe plan spiritual. Se poate că, la începutul abstinenţei să se simtă mai bine pe plan fizic, dar sufleteşte încă nu au conştientizat că cea mai gravă atenţionare a bolii este falsul glas interior care şopteşte "tu nu eşti alcoolic".

La începutul abstinenţei şi gândurile îmi sunt bolnave. La nivelul sistemului nervos central celulele alcoolice ale creierului (e nevoie de aproximativ 8-10 luni ca să se nască celule nervoase sănătoase) trimit mesaje bolnave, la care, de cele mai dese ori, reacţionam într-un mod bolnav.

"De aceea este important să înveţi", a urmat Anita, "că prima băutură este periculoasă, nu este permis să o bem, pentru că după aceea nici o sută nu sunt suficiente.

Înţelepţii chinezi ne învaţă aşa: "OMUL BEA O BĂUTURĂ, APOI BĂUTURA BEA O BĂUTURĂ, APOI BĂUTURA ÎL BEA PE OM".

A. A-ul nu este pentru cei care ar avea nevoie de el (căci mai multe milioane de alcoolici ar avea nevoie de vindecare), ci este pentru cei

care VOR. Abstinența trebuie să ți-o dorești, să ți-o dorești foarte tare, orice vine, orice se întâmplă, ea trebuie să fie prima pe listă.

Nenumărate probleme sunt în jurul nostru, nenumărate necazuri au fost cauzate de băutul nostru.

La început s-a destrămat familia, apoi ne-am pierdut serviciul, locuința. Unii sunt dintre ACEIA care ne frecventează ca să-și rezolve aceste probleme. Deci, vin pentru problemele lor cu alții, pentru problemele lor de existență legată de alte persoane. Cei care au folosit necazul, problemele din jurul lor pentru a bea, au ajuns la concluzia că nu merită să rămană abstinenți pentru că problemele au rămas la locul lor. Nu s-a schimbat nimic chiar dacă au fost treji și așa recad din nou.

"Abstinența trebuie să ne-o asumăm pentru noi înșine", a urmat Anita, "A. A nu garantează, dar promite o abstinență durabilă, dar numai atunci când și tu ți-o dorești."

Primele luni de 24 de ore de abstinență mi-au oferit prima bucurie interioară, prima senzație de stimă de sine. Aceste perioade de abstinență au început să mă vindece, să mă reconstruiască. De câte ori au reapărut vechile stări de autoacuzare îmi răspundeam imediat: „ Dar astăzi ești deja trează, astăzi nu te-ai mai comportat așa ca atunci când era sub influența alcoolului. Alcoolismul este o boală mortală și eu sunt fără de putere în fața alcoolului. Nu mă pot lupta cu el. El este cel mai puternic, Întotdeauna m-a învins, întotdeauna el mi-a controlat viața. Dacă beau mai departe, mor. Totuși, în fiecare dimineața găsesc important sa-mi spun: E adevărat că alcoolul m-a învins, dar ultimul cuvânt este totuși hotărârea mea, ASTĂZI NU BEAU.

New York este un loc foarte bun pentru trezire. Dar orice oraș mare este bun. Bruxelles, Londra, Frankfurt, Viena și Budapesta. În New York, pe strada 62 aveau loc și trei ședințe zilnice. Înainte nu cunoșteam decât barurile din oraș. Acum, când pășeam afară din casă, deseori mă ciocneam de prietenii din A. A. Mă liniștea aerul de abstinență ce plutea în jurul meu. La început mă duceam foarte departe de casă la ședințele A. A. Pe strada mea nu îndrăzneam, nu cumva să vadă vecinii că frecventez ședințele A. A. (în poartă, peste tot era afișată tabla A. A-ului). Mai târziu am aflat că întreaga stradă știa de băutul meu, ba dimpotrivă, strada a știut mai repede decât mine că sunt alcoolică.



Primele stări de tensiune, transpirații, frici și chiar și tremuratul au încetat. Și viața trăită de una singură a început să dobândească o altă formă. Am început să am mulți prieteni noi. Telefoanele zilnice, programele, întâlnirile, apartenența, APARTENENȚA DE UNDEVA, importanța tuturor acestora a început să umple vidul uriaș care exista în sufletul meu.

Dar nu era ușor nici așa. Înțelegeam atât de puțin, știam atât de puțin despre mine. Pierderea personalității mele - că nu știam cine sunt, ce sunt – îmi amăra sufletul.

Capul, cu capul meu aveam cele mai multe necazuri. În capul meu, vechiul sistem de noapte – zi, încă era în serviciu. Într-o clipă credeam că totuși mă voi descoperi pe mine, dar în clipa următoare creierul meu era deja în stare de furtună, ștergând totul. Celor noi veniți în A. A. li se spune: " Vino înapoi, vino între noi, noi te primim, te iubim până când tu vei învăța să te iubești, să te accepți. "

Deci, din punctul lor de vedere, eu nu mă iubesc? Mi-a fost greu să le dau crezare, dar dovada era acea auto-distrugere, faptul că prin băutură am atins aproape moartea.

„Da, da", răspundeam, „dar nu mai beau. "

„Dar suferința de bază își urmează cursul în capul tău, cu gândurile sale bolnăvicioase. Fii atentă ce faci", m-a atenționat Anita, "în loc să îți plângi de milă, fii bună cu tine, nu te acuza, chinui emoțional tot timpul.

"Eu mă acuz? Cum anume? "

„Jumătatea primului pas deja începi să-l înțelegi. Accepți că ești neputincioasă în fața alcoolului, dar a doua jumătate, că nu ești stăpână pe viața ta, o interpretezi total greșit. Imposibilitatea de a-ți stăpâni viața, respectiv partea care se referă la stăpânirea propriei noastre vieți, tu o aplici prin direcționarea vieții altuia. "

"Eu? Pe cine? ", am întrebat.

„De exemplu, pe fostul tău soț", a răspuns Anita. "Până acum am auzit foarte multe de la tine, că ai rupt legătura, s-a sfârșit, e gata. Bineînțeles legătura începe din nou peste câteva zile pe motivul că este foarte afectuos cu tine. Deci din nou și din nou te oferi unei palme noi (în sens emoțional), pentru că speri din nou că va fi mai bine. Pe el

încerci să-l direcționezi, să-l schimbi, să-l sperii, să manipulezi legătura ta cu el.

Dramele negative, dragostea şi ura merg mână în mână cu alcoolismul. Se confundă cu boala în sine. În abstinență, aceste trăiri sunt foarte periculoase. Ştii doar ce sfaturi dăm pentru cei în primul an de abstinență!

În primul an nu păşi într-o legătura nouă emoțională (afectivă), pentru că atunci nu poți fii atentă la propria-ți vindecare. N-ar trebui să existe schimbare de domiciliu, zugrăvitul casei, divorț, schimbarea locului de muncă, nimic din ce te solicită prea mult, nimic traumatic pentru tine. "

"Dar Anita", am întrerupt-o brusc, "relația mea este o relație de 20 de ani. "

"Da, da", a răspuns Anita, "în asemenea cazuri sfătuim adoptarea uneia din următoarele atitudini: sau întrerupi relația, sau o continui, dar în mod paşnic. Din păcate, a ta nu pare prea paşnică. Când drama ta negativă purcede pe o cale ce aduce tulburare, tu de fapt te întorci la un mic haos.

Începe să scrii. Întreabă-te pe tine, de ce spui da, când ai vrea să spui nu. Să iei în atenție şi faptul că până când ai băut, ai menținut legătura din cauza sentimentului de vinovăție. Astăzi nu mai bei, dar vechiul sentiment de vinovăție îți este încă cunoscut.

Asta o vezi oglindindu-se pe fața fostului tău soț."

O uram pe Anita, când îmi vorbea despre lucruri pe care nu doream să le aud, pe deasupra nici nu le prea înțelegeam.

În asemenea cazuri mă împotriveam evoluției şi plecam înapoi la gândurile mele de alcoolic (tot Anita mi-a explicat asta).

"Ce ştie Anita", gândeam, "doar ea este văduvă, soțul ei a murit. E uşor pentru ea. Dar al meu trăieşte încă, e viu, trăieşte în capul meu.

Din păcate, nu eram în clar cu propriile-mi sentimente. Atât de multă vreme, atât de dese ori mi-au fost dictate de alcool, încât trează acum, îmi era greu să stabilesc ce am simțit într-adevăr şi ce simt acum. "

Ştiam că trebuie să rup legătura cu soțul meu definitiv şi pentru totdeauna. Dar cum? În fiecare zi mă suna şi îmi cere să ne întâlnim. Ne ducem împreună la teatru, îmi prinde mâna ca şi în trecut dar totuşi alături de el sunt nervoasă şi neliniştită.



"Vezi, şi flirt-ul meu de anul trecut s-a sfârşit", îmi spunea, "şi pe acela l-am făcut doar de aceea pentru că ai băut. Dar acum nu mai bei, putem să ne începem din nou viața. Doar asta mi-am dorit. Când vei fi abstinentă un an, ne căsătorim din nou. Mă mut înapoi în casă la tine. Trebuie să mă ierți că te-am părăsit când ai fost bolnavă. Ştiu, nu-i uşor. Şi eu îți iert tot ce mi-ai făcut în timp ce ai băut. " Că nici acest lucru nu este uşor, mi-a motivat repede cu exemple: „ Iți aminteşti, într-o noapte, când băută, ai adus un individ străin acasă? Când am apărut în pijama, l-ai liniştit. "O, nu te teme, este doar unul din chiriaşii mei". Iți aminteşti? "

Dar aici i-am tăiat-o rapid: „Anita mi-a interzis ca atât cu tine, cât cu oricine care nu este profesionist, să discut despre alcoolism. Eu mă aflu între profesioniști. Ei mă învață, dar tu nu te pricepi la asta. Nici la mine prea mult. " În asemenea cazuri ne salutam, despărțindu-ne în grabă.

Anita mi-a atras atenția de multe ori că din orice situație stresantă – oriunde, discutând orice, în familie, la locul de muncă, la o petrecere – să evadez imediat, dacă simt constrângere sau încordare interioară.

Totuşi aş fi dorit să ştiu, cât este de adevărată această legătură, şi am început încet să scriu, atât de sincer cât am putut.

"Aceeaşi stare de încordare interioară o simt când mă întâlnesc cu soțul meu ca şi atunci când beam. " Am văzut rândurile scrise de mine. "Mă enervează când vorbeşte pentru că eu simt că mă schimb, însă pe el trebuie să-l ascult cu vechile lui şabloane. "

Bineînțeles, faptul cel mai important, că dacă nu este bine cu el, atunci totuşi de ce sunt lângă el, nu am putut aşterne pe hârtie.

Atunci mi-am adus aminte de psihiatrul meu, dr. Ari, cu care nu am mai vorbit de când sunt abstinentă. După 10 – 14 luni, am pornit pentru prima oara spre cabinetul lui.

Dr. Ari m-a salutat. Am văzut că se bucură din inimă pentru abstinența mea. La întrebarea mea, pentru ce nu m-a trimis niciodată la A.A., spre surprinderea mea, mi-a răspuns: "Cum adică nu v-am trimis? V-am şi însoțit la o şedință de seară în Park Avenue. Bineînțeles, ai fost băută, ai plecat şi ai luat cu dumneata şi rugăciunea de acceptare. Mi-ai spus că, pentru dumneata, chiar şi numai această rugăciune te poate ține abstinentă!

Mi-am amintit ca prin ceață, că ar putea avea dreptate, pentru că în vara lui '76, acasă în Ungaria, am încercat să-i traduc tatălui meu

rugăciunea: "Doamne, dă-mi seninătatea să accept lucrurile pe care nu le pot schimba, curaj să schimb ceea ce se poate şi înţelepciunea să le pot deosebi. "

"Dr. Ari, acum nu sunt la dumneavoastră în legătura cu abstinenţa mea", am spus, "ci pentru lupta trăirilor mele interioare. Pentru conflictul personalităţii mele duale, pentru amăgirea mea proprie, de care îmi este teamă şi groază. Dumneata mă cunoşti mai bine, îţi aminteşti de zilele mele de groază, te rog povesteşte-mi despre mine. " Psihiatrul meu mi-a spus, după o perioada de gândire, în felul următor: "Dacă te întorci la fostul tău soţ, e de temut că vei bea din nou. El s-a purtat, din punct de vedere al moralei creştine, cât şi a celei simplu omeneşti, intolerabil. Asta ştii şi dumneata. Te-a lăsat pe cont propriu, atunci când ai trăit cea mai dramatică situaţie a vieţii tale. Nu se poate abandona un om bolnav de cancer. Aceste fapte nu se pot nega. Poate că îl vei ierta odată. Dar nu vei putea uita niciodată. Nu se poate! Asta simte şi trupul tău, când se împotriveşte. Ascultă de trupul tău, acesta nu minte.

"Da, da", am spus, "ştiu toate acestea, dar atunci de ce tânjesc după el? "

„Pentru că, în subconştient, ai acceptat deja adevărul", a continuat psihiatrul, „dar orgoliul, trufia, credinţa rănită doreşte să aducă înapoi căsnicia ca să dovedească că este totuşi victorioasă. Aici este vorba de vanitatea alcoolicului, dar aveţi grijă, pentru că preţul ar fi foarte mare pentru toate acestea. Eul firesc, o mândrie sănătoasă este importantă pentru fiecare om", a continuat, "dar un alcoolic, la începutul abstinenţei, încă nu poate aprecia corect care este proporţia vanitate – mândrie sănătoasă."

Iarăşi expresia aceasta! Trebuie să învăţ! Oriunde mă întorceam auzeam doar aceasta. Trebuie să învăţ. Pentru că ceea ce ştiu nu ştiu bine. Totul confirma acest lucru. Păcălirea mea proprie nu pedepsea pe nimeni altcineva decât pe mine. Un lucru era sigur, îl credeam pe psihiatrul meu, pe Anita, credeam în abstinenţa mea, în A.A. şi în sufletul acestuia. Ştiam şi faptul că nu mă pot încrede în gândirea mea bolnăvicioasă. Încă nu îmi pot încredinţa direcţionarea vieţii mele. Eu o stric. Încă nu cunosc gândirea abstinentă, drumul echilibrat şi mijlociu, tăcerea, pacea. Doar sufletul îmi plângea după toate acestea.



" Cuvântul cheie este în A.A. ", mi-a spus Anita nu o dată, "anume, sa te laşi învăţată. "

"Vreau sa fiu învăţată", am hotărât nu o dată.

Suferinţa mea primordială este alcoolul. Dar cu această recunoaştere nu s-a corectat firea mea bolnavă de suferinţă. Din copilărie, părinţii m-au programat pentru traume şi drame. Mi-am însuşit acest mod de viaţă şi am învăţat să manipulez prin suferinţă. Nu mai puteam trăi fără dramă şi suferinţă.

"Totul şi mai mult decât totul" era deviza mea. Caracterul meu nu ştia cum să se poarte faţă în faţă cu suferinţa, nu ştia să pună hotare. Sau ura prea mult, sau iubea prea mult. Veşnic trebuia să am grijă, pentru că dacă încercam ceva de 2 -3 ori devenea deja obişnuinţă. Crizele şi dramele erau cele care îmi certificau că sunt în viaţă.

De soţul meu m-am despărţit poate mai greu decât de alcool. Aşa simţeam că doliul după amândoi s-a prăbuşit deodată asupra mea.

Primele cuvinte sincere. Adevărul că şi din punct de vedere sentimental ne vom despărţi ne-a zdruncinat pe amândoi.

"Nu mai putem să ne oferim nimic unul altuia", am spus, "tot ce am avut, ne-am dat unul altuia. Nu mai putem să scoatem la iveală ceva bun unul din celalălt, doar să repetăm răul. "

„Dar ce va fi cu mine? " a întrebat cu încăpăţânare copilărească fostul meu soţ, "eu nu pot trăi singur. Mă voi recăsători, şi atunci ce va fi cu tine?"

"Nu ştiu", am spus liniştită, "şi nu ştiu."

# PRIMA MEA ANIVERSARE

Din suma celor multe douăzeci şi patru de ore s-a constituit aniversarea abstinenţei mele de un an. Era aproape de nedescris bucuria deosebită care mă copleşea, starea de siguranţă de sine care mă stăpânea. Pentru prima oară în viaţa mea am primit de la mine un cadou atât de sincer, care m-a înnobiiat, mi-a stimulat, mi-a întregit într-un mod minunat energia pozitivă.

Recunoştinţa mea faţă de A.A. era aproape siropoasă. Ştiam că lor le puteam mulţumi că sunt în viaţă. Ei m-au salvat. Ei m-au consolat. Ei m-au vindecat. Poate că nu deplin conştient pe atunci, s-a ţesut în mine o structură uriaşă de loialitate, cutremurată fiind de recunoştinţă şi mulţumire faţă de ei.

Se spune ca A.A. este un POD care ne aduce înapoi la viaţă, la societate. Am văzut foarte mulţi oameni, alcoolici abstinenţi sănătoşi, trecând cu încredere în sine podul.

Şi ei se simt obligaţi să ajute mai departe pe alţii să treacă podul. Ştiu că scopul principal este vindecarea, iar modul de obţinere este ajutorul reciproc. Nu putem ţine ceea ce am primit, trebuie să dăm mai departe noilor veniţi.

Cu dragostea cu care m-au primit pe mine în prima zi, trebuie să-i aştept şi să-i primesc pe noii veniţi în primele zile. De aceea iubesc mesajul cel mai frumos al A.A.-lui: "SUNT RĂSPUNZĂTOR: Dacă oricine, oriunde cere ajutor, doresc ca mâna A.A.-lui să fie prezentă întotdeauna: şi pentru aceasta eu sunt răspunzătoare."

Zilele mele de abstinenţă s-au adunat unele peste altele uneori pline de speranţă, uneori total lipsite de vreo speranţă. Încă eram plină de defecte de caracter pe care le purtam cu mine ca pe o bombă cu efect întârziat. Niciodată nu ştiam când şi care va exploda. De multe ori o întrebam pe Anita: "Cât timp trebuie să mai aştept pentru liniştea mea interioară? "

"Da, da Bubuli..."îmi spunea Anita pe numele meu de alint. "Eu nu ţi-am promis niciodată ca abstinenţa te va purta pe un drum uşor. Pentru



un alcoolic, băutul este firea lui, ceea ce facem noi, adică să nu bem este contra firii noastre. Dar dacă tu vei învăţa să dai drumul şi să eliberezi lucrurile pe care oricum nu le poţi schimba, atunci viaţa nu-ţi va mai fi atât de împovărată. "

De multe ori am simţit că nu sunt capabilă de a fi învăţată. Atunci îmi mârâiam în sinea mea; "stradă înfundată, stradă înfundată. "Dar din nou şi din nou mă urneam din loc.

"A TRĂI ŞI A LĂSA SĂ TRĂIASCĂ" – auzeam în A.A. Eu aş fi dorit să omor şi să fiu omorâtă.

Mahmureala căsniciei mele a durat mai mult decât mahmureala băuturii. Am aflat că fostul soţ şi-a adus o nouă, tânără soţie din Ungaria.

Alte femei se minunau în faţa vitrinelor de pe Fifth-Avenue, admirând risipa de costume şi de rochii care de care mai frumoase. Eu, observam în vitrina magazinului Hoffritcz, specialităţile Cuţite şi Barde, de renume mondial. Aici m-am împrietenit cu cuţitele de dimensiuni apreciabile – şi cu gândul – cât de bine ar fi să împlânt unul din ele în fostul meu soţ.

Ştiam că "liniştea mea interioară" – cu ochii pe cuţit – e o nouă stradă închisă. Sincer aş fi dorit să depăşesc mahmureala căsniciei mele. Este doar amintirea trecutului meu, gândeam, trebuie să-i dau drumul, trebuie să accept gândul. Aşa pot porni şi eu, spre viaţa mea nouă şi liberă.

"Iţi interzic să te mai gândeşti la fosta ta căsnicie" – îmi porunceam, dar la secundă gândul se întorcea în capul meu, încăpăţânat şi de neclintit. M-am speriat, pentru ca mi-am adus aminte de Marta, care într-una din şedinţele A.A. a vorbit despre sine. Tema aleasă din ziua aceea era despre greutăţile întimpinate în legăturile sufleteşti (anterioare) şi ea a povestit că este neajutorată, pentru că emoţional gândind, este încă într-o legătură care s-a terminat de trei ani.

"Şi eu sunt aşa, ca Marta. "- am gândit. E adevărat că a plecat din casă (s-a mutat), dar în capul meu a rămas fostul meu soţ. Acolo locuieşte, ca un locatar rău, nu plăteşte chirie, dimpotrivă a strecurat-o înăuntru şi pe tânăra lui soţie. Acum locuim deja trei în capul meu.

"Vorbeşte, eliberează-te de fricile tale, de supărare, de durerile tale. Eşti exact atât de bolnăvicioasă ca şi secretele tale! "- m-a atenţionat Anita.

Eu abia dacă mai aveam secrete, doar am povestit de o sută de ori la şedinţele A.A., toata lumea ştia, deja toată lumea era plictisită de durerile fostei mele căsnicii.

Se apropia al doilea an al abstinenţei mele. O aşteptam deja tare mult. Aşteptam ca viaţa mea abstinentă să fie mai uşoară, mai simplă din punct de vedere emoţional. Am auzit atât de des la şedinţele noastre că "fericirea personală poate fi doar rezultatul unei munci interioare" că aş fi dorit să încep MUNCA. Uneori reuşeam să mă învinq, să simt ca rănile iubirii mele sunt suportabile.

Dar într-o după amiază ploioasă, la un colţ al unei străzi din New-York, s-au deschis din nou toate rănile mele. În faţa ochilor mei a apărut "familia sfântă "Fostul meu soţ, cu perechea lui tânără, şi dovăda dragostei lor, copilul lor nou-născut. Împingeau amândoi căruciorul cu bebeluşul înăuntru.

"Acesta este al meu, ar putea fi al meu "m-a săgetat starea de vinovăţie, de gelozie, durerea. M-am refugiat sub o poartă, ca să nu mă vadă, pentru că sentimente neaşteptate, copleşitoare m-au cutremurat în totalitate. Abstinentă fiind, nu mă mai atinsese o trăumă atât de intensă. Mi-a revenit vechiul sentiment de vinovăţie, mi-am reamintit când am fost şi eu gravidă, dar nu am acceptat sarcina mea. Am simţit că nu aş corespunde rolului de mamă. Atunci susţineam, şi credeam, că şi eu mi-aş îndepărta copilul, exact aşa cum mă îndepărta şi pe mine mama în copilărie. Dacă acest copil ar putea fi al meu, pe acest copil nu l-aş mai îndepărta, am simţit dureros. Dar este târziu...

Nu ştiu cum şi când s-a întâmplat MINUNEA, dar deodată stătea acolo lângă mine Alex. Cum a ajuns acolo lângă mine, ştiu doar îngerii abstinenţei mele. Încă cutremurată, m-am prăbuşit în braţele lui.

"Pe tine Dumnezeu te-a trimis aici, Alex" am spus. "Nici nu-ţi poţi închipui, ce s-a întâmplat cu mine" – şi i-am povestit durerea mea.

"Da, ştiu"- m-a consolat Alex, care avea deja 14 ani de abstinenţă. "Şi mie mi s-a întâmplat ceva asemănător, la începutul abstinenţei mele. Doar mai târziu am înţeles, de ce trebuie să se întâmple aceste drame"- mi-a spus.

"De ce? "

"Ştii Kati, nouă alcoolicilor ne trebuie o sinceritate mai dură ca să eliberăm ceva sau pe cineva de bună-voie" mi-a explicat Alex, şi a



continuat: "să fim sinceri, nici tu nu mai ai ce căuta între ei. Trebuie să închei acest episod al trecutului tău. Să extragi din el ceea ce a fost frumos, pentru ceea ce eşti recunoscătoare, pentru ceea ce ai avut de învăţat şi după aceasta să păşeşti mai departe. Fără ei. Roagă-te pentru ei! Să fie fericiţi, sănătoşi, ca să-şi poată creşte copilaşul. Trebuie să înveţi să le dai drumul cu dragoste. Ţi-a trecut vreodată prin minte să îi fii recunoscătoare fostului soţ? I-ai mulţumit chiar şi în gând, că ţi-a fost alături, că a rezistat lângă tine douăzeci de ani? Pe oamenii beţi, mai devreme, mai târziu, îi părăsesc toţi. Nu este uşor să trăieşti lângă un alcoolic activ, el totuşi a rămas lângă tine. Poate ai fi fost moartă de mult fără el! De aceea te doare atât de mult, pentru că simţi că ruptura sentimentală e aproape, şi tu simţi că trebuie să priveşti adevărul în faţă. Adevărul te eliberează. Dacă poţi deja să te rogi pentru ei, dacă poţi să le doreşti numai bine, şi frumos, chiar şi numai în gând, atunci înţelegi deja filosofia A.A.-ului, anume "eliberarea cu dragoste". Soluţia noastră nu mai este alcoolul, doar bunătatea, adevărul, sinceritatea pot fii soluţiile noastre."

N-am îndrăznit să nu cred în cuvintele lui Alex. Asta a fost aşa ca atunci când mă temeam să cred în Dumnezeu, dar mă temeam şi mai mult să nu cred.

De atunci merită să trăiesc, de când cred din nou în mine, de când mă stimez din nou. Trebuia să cred în Alex, trebuia să cred în mine, trebuia să cred într-o Putere Superioară, prin a cărei îndurare mi-am primit o abstinenţă senină. Am primit, pentru că am crezut în puterea Alcoolicilor Anonimi.

# ABSTINENTĂ ACASĂ

În vara lui 1978, pentru prima oară abstinentă, am călătorit cu însuflețire acasă la Budapesta.

Aş fi vrut să aduc acasă A.A.-ul american, pentru alcoolicii maghiari. L-am căutat în "Cartea Galbenă" pe unul din medicii care se ocupă de bolnavii alcoolici. Mi-a împărtăşit că ştie de existența, buna funcționare şi rezultatele A.A.-lui din occident, dar din păcate în Ungaria era autorizată funcționarea "Clubului Contra Alcoolului" M-a încurajat să-i întâlnesc pe cei de la CCA. Am simțit o amară stare de dezamăgire după vizita mea. Într-o cameră, şase-opt oameni jucau cărți, trei-patru jucau şah. La întrebarea mea, cum învață să trăiască în abstinență, unul din ei mi-a arătat asul de tobă. Mi-au povestit mândri despre tratamentul cu tablete (antalcool). Mi-au explicat în ce anume constă, cât timp are efect, ce se întâmplă dacă beau peste administrarea tabletelor. Am gândit că nu poate fi suficient ca prin instituții şi dispoziții superioare, prin modalități din afara problemei, să-i poți interzice unui alcoolic să bea. Cât sunt de norocoasă că toate acestea reprezintă un concept necunoscut pentru A.A., căci dacă eu nu m-aş putea vindeca din interior, n-aş putea pune la locul lor sentimentele mele de nestăpânit – mie nimic, şi niciodată nu a putut să-mi interzică să beau.

Doar mai târziu, în New-York, am putut realiza că din păcate, până când în Ungaria, Breznjev este puterea superioară, la alcoolicii maghiari nu poate ajunge Puterea Superioară.

Dr. Bob şi Bill W. au dat formă încă în 1939 (în oraşul Akron – SUA) mesajului A.A.. Noi, alcoolicii abstinenți suntem pe lume doar purtătorii mesajului. Nu mai mult. La început, şi eu am căzut în greşeală, ca aproape fiecare. Am vrut să fiu mai mult, nu doar purtător al mesajului. Am vrut să forțez primirea mesajului şi de către aceia care nu-şi doreau aceasta din toata inima. N-am reuşit.

Nu am putut transmite mesajul celor doi frați ai mei, alcoolici. Amândoi au murit la vârste tinere, cu boli datorate alcoolismului. Nu am



putut transmite mesajul nici lui Mari. Pe mine ea m-a ajutat la început cel mai mult, prin faptul că era medic. A admis că este alcoolică, aşa mi-a fost mult mai uşor să îndepărtez de mine "stigma" de alcoolic.

Pentru ea, în schimb, profesia i-a prilejuit greutăți.

"Dacă alcoolismul este o boală" – a enunțat Mari după a douăzecia recădere – "atunci şi eu pot să mă tratez singură. "Dar, din păcate, aici se înşela. Doar împreună putem să ne vindecăm. A trebuit să învăț – chiar dacă cu inima îndurerată – să le dau drumul tuturor celor care nu erau gata pentru vindecare. În acelaşi timp însă, le-am invocat prezența la fiecare şedință, înainte de meditație, atunci când ne rugam pentru cei dinafară, prietenii noştii alcoolici, încă suferinzi, care încă nu ştiau sau nu voiau să păşească pe drumul abstinenței.

Deci mesajul A.A. doar acolo, doar aceluia, doar atunci îl putem da mai departe când celălalt este pregătit să-l primească. Aceasta este vraja A.A.-ului.

În New-York, noii veniți sunt numiți porumbei. Zboară înăuntru, zboară afară, zboară iarăşi înapoi, îşi fac cuib. Şi la mine au zburat puişorii. Şi eu am devenit sponsor (naş). Am încercat să dau mai departe cele mai prețioase învățături ale mele, cele pe care le-am primit şi eu. De multe ori am simțit cu cât îmi este mie mai uşor dacă atenția, ocrotirea şi iubirea mea este ațintită înspre ei.

Se spune că dacă nu te iubeşti pe tine, nu-l poți iubi nici pe altul. La mine şi asta s-a întâmplat invers. Eu prin ei am învățat adevărata dragoste de sine. Când ei m-au acceptat, m-au îndrăgit, am îndrăznit şi eu să fiu propria persoană, să mă iubesc.

Dar cel mai dificil moment îl întimpinam cu ei atunci când unul din ei recădea, când bea din nou. În asemenea situații simțeam o stare de vinovăție şi o stare de neputință (neputință vinovată). Precis am spus ceva greşit, am uitat să spun ceva. În asemenea situații – tragedii personale pentru mine – am fugit la sponsorul meu după sfat. Anita mă elibera imediat de sentimentul de vinovăție.

"Ştii, bineînțeles că ştii, că nici pentru reuşitele noastre şi nici pentru nereuşitele noastre nu suntem noi vinovați. Noi doar transmitem mesajul. O să se întoarcă, dacă o să bea destul. Ştii, fiecare recăzut ne ajută şi pe noi, când îşi revine, şi vine înapoi la noi şi ne povesteşte: "e

groaznic acolo afară, pentru că băutul este mai rău, mai dureros decât înainte. "

Degeaba nu beau patru – cinci luni, sau un an, alcoolismul îşi continuă calea devastatoare şi în organismul abstinent. Capacitatea de a bea se modifică. Tot răul posibil, care până acum nu s-a întâmplat cu ei, acum, la ultimul băut, s-a întâmplat. Tovarăşul de viaţă l-a părăsit, şi-a pierdut serviciul, memoria l-a lăsat s. a. m. d. Alcoolismul este o boala mortală. îşi omoară credincioşii cu chinuri lente, dar mortale. Dar cel care reuşeşte să se întoarcă, spune ca A.A.-ul i-a otrăvit băutul. Oricât a băut, nu a putut uita că este un loc unde a reuşit să devină abstinent. Nu e obligatoriu să recazi. Dar cei care au recăzut şi s-au întors, s-au apucat de o abstinenţă mai sinceră, şi aproape toţi sunt abstinenţi şi astăzi.

Suntem neputincioşi nu numai cu alcoolul, ci şi cu oamenii, cu locurile, cu întâmplările. Nu putem fi abstinenţi în locul nimănui, nu putem schimba pe nimeni, doar propria noastră ataşare la întâmplări şi potrivirea noastră locurilor. "- a încheiat Anita.



# ZIUA MEA DE NAŞTERE – CINCI ANI DE ABSTINENŢĂ – NEW-YORK

*"Viaţa noastră poate fi trăită de la început şi înţeleasă dinspre sfârşit"*

*S. Kierkegaard*

Cu ocazia aniversării a cinci ani de abstinenţă, privesc înapoi în tunelul lung şi întunecat, pe care l-am străbătut de la începutul abstinenţei mele. Astăzi, deja ştiu, că am primit atâta lumină în timpul trecerii lui, cât mi-a fost necesar să merg înainte. Am simţit instinctiv, dar am şi învăţat că nimic nu se creează, nu naşte în întuneric. Pentru înţelegerea credinţei, ai nevoie de o lumină desăvârşită. Lumina sinceritătii.

Orice situaţie, întotdeauna, se transformă. Dar gradaţia sinceritătii, cel mai mult. Sinceritatea abstinenţei mele de trei ani era mai cuprinzătoare, decât a celei de doi ani, iar sinceritatea a patru ani de abstinenţă, mai cuprinzătoare decât a celei de trei ani, iar sinceritatea a cinci ani de abstinenţă a cristalizat anii de dinainte. Totuşi, aceste sinceritătі ştirbite au devenit temelia şi suflul vital al abstinenţei mele.

Una din cele mai mari puteri pe care am primit-o de la A.A., a fost recunoaşterea libertătii mele sufleteşti.

Aici în abstinenţă ţi se permite totul, dar eşti şi ocrotit în permanenţă. Dacă mă încăpăţânam că luna este pătrată, nu era o problema pentru ei: "mâine ai s-o vezi altfel". Dacă eram indispusă, furioasă, amărâtă că mi-a ajuns A.A.-ul, sincer spunând, că mă plictisesc deja să tot vin aici, mă consolau astfel: "aşa necaz mare nu poate fi cu tine, dacă totuşi eşti aici şi eşti abstinentă. Dacă eram prea bine dispusă, mă atenţionau: "ai grijă, şi asta va trece." Când doream să ucid în mânia mea neputincioasă, mă lămureau, să aştept cu problema asta până mâine.

Şi aveau dreptate, în ziua următoare, cumva, întotdeauna gândeam altfel.

M-am potolit? M-am schimbat? Am devenit liberă? S-au doar m-am eliberat? M-am împăcat cu timpul? Am ajuns deja să cred, că o oră nu

are cincizeci de minute, nici măcar pentru mine? Am primit îngăduință de la timp?

Nu știu? Dar știu că toate acestea le-am făcut cu un scop superior. Nu mă mai ruşinam de trecutul meu "lichid", căci a fost spălat, curățat de abstinența mea.

La controlul de cinci ani a bolii mele canceroase, mi-au dat vestea că nu mai găsesc urmă a bolii mele. M-au întrebat ce fac, cum trăiesc? Eu am răspuns: ABSTINENTĂ! M-am îndrăgostit de viața mea abstinentă, pentru că îmi promitea mult. Stăpâneam acum, abstinentă, acele emoții, pentru care înainte trebuia să beau. Dar starea de emoție a rămas. Dar nu mai exista mahmureala de a doua zi, ruşinea autoacuzarea. Am rămas abstinentă, orice a venit, orice s-a întâmplat.

Şi eu am rămas uimită, când într-o seară am cuvântat l-a şedința noastră: "Sunt Kati, recunoscătoare pentru că sunt alcoolică. "La începutul abstinenței mele, când auzeam aşa ceva, mă revoltam, acuzam în sinea mea. Gândeam: "Cum se poate spune o minciună aşa de mare? Şi chiar aici, la şedința A.A., unde sinceritatea este cea mai importantă? Aşa o minciună? Cine o crede? "

Acum mă număram şi eu printre cei recunoscători. Nu mă mai frământa cine, ce crede, cine ce părere are despre mine? Această recunoştință sinceră era a mea şi ştiam că pentru mine acesta este adevărul. Deja doream să stau acolo, în primul rând, cu cei recunoscători, întotdeauna ACOLO prezentă, întotdeauna să pot să ajut ACOLO unde este nevoie.

La început eu aveam nevoie de ajutorul cel mai mare.

În primii doi ani am avut destule probleme cu totul, chiar şi cu munca mea. Abstinentă, am continuat conducerea galeriei mele. Dar nu mi-am schimbat ritmul de munca, dimpotrivă, mi-am asumat mai mult decât putea duce capacitatea mea de abstinență. Mă îmboldea propria-mi remuşcare, voiam să recuperez toate pierderile din cauza băutului.

În asemenea stări, reveneau vechile încordări, enervări şi deja iarăşi, conflictele mele erau controlate de demult cunoscuta stare de mânie. Acestea se terminau întotdeauna cu scandal. Astăzi deja ştiu că nu am trăit la modul conştient aceste crize de furie, dar la modul conştient le repetam. Se spune că poți recunoaşte nebunia cuiva după faptul că persoana repetă aceeaşi greşeală, dar aşteaptă un rezultat diferit de fiecare dată.



Desen biografic în cinci strofe scurte

1. Mă plimb în jos pe stradă
   O groapă adâncă
   Este în marginea trotuarului
   Cad în ea
   M-am rătăcit, totul este fără speranță
   Asta nu este vina mea
   Pare o veşnicie, până reuşesc să ies din ea

2. Mă plimb în jos pe aceeaşi stradă
   O groapă adâncă
   Este la marginea trotuarului
   Mă comport de parcă nu aş vedea-o, din nou cad în ea
   Dar asta nu este vina mea şi acum durează o vreme,
   Până când ies din nou la drumul meu

3. Mă plimb în jos pe aceeaşi stradă
   O groapă adâncă este la marginea trotuarului
   Văd că este acolo
   Totuşi cad în ea, asta este deja
   Puterea obişnuinței
   Dar ochii îmi sunt deschişi, ştiu unde sunt
   Asta este greşeala mea. Imediat ies la drumul meu

4. Mă plimb în jos pe stradă, văd o
   Groapă adâncă
   O ocolesc

5. Deja mă plimb pe altă stradă.

Când aceste certuri scandaloase s-au repetat, una din problemele mele a ajuns şi la judecătorie. A trebuit să realizez că eu singura sunt vinovată pentru întâmplare.

Închiriasem una din camerele mele unei fetițe irlandeze. Ne-am înțeles, la un moment dat că va pleca de la mine la sfârșitul săptămânii, ea în schimb s-a răzgândit și a rămas. Într-o zi din ianuarie, când afară ningea puternic, pe când ea era încă la serviciu, am chemat un service pentru mutări și i-am evacuat lucrurile, iar pe fată am încuiat-o pe dinafară. Fata m-a reclamat și mi-a cerut despăgubiri. Am ajuns la judecătorie cu cazul. Miss O Nelly i-a povestit judecătorului, ce fel de creatură nemiloasă sunt, cum am încuiat-o pe dinafară, ea nu a mai putut intra, în multele drumuri pe care a trebuit să le facă apoi a răcit, s-a îmbolnăvit ș. a. m. d.

Judecătorul și-a formulat întrebarea în felul următor:

"De ce a fost atât de important pentru dumneavoastră ca Miss O Nelly să se mute urgent, exact în timpul celei mai mari ninsori din iarna aceasta? De ce nu a-ți putut aștepta încă una-două zile? "

"Pentru că este alcoolică" – l-a întrerupt brusc Miss O Nelly. "ea mi-a spus...merge în fiecare seară și la ședințe..."

"Eu nu pe dumneavoastră v-am întrebat" – a întrerupt-o judecătorul – "ci pe reclamată! "

Nu mai știu ce am șoptit, în tulburarea mea apoi judecătorul m-a chemat în camera lui și m-a întrebat;

"De când mergeți la ședințele A? "

"De o jumătate de an"- am spus temătoare.

"Trebuie să vă amendez cu o sută de dolari"- a spus – "pentru ca Miss O Nelly să poată să-și plătească cheltuielile medicale, iar dumneavoastră să învățați în schimb că așa nu se poate proceda. Aveți un naș bun în A.A. ? "- a întrebat.

"Da, am. "- am răspuns. "

"Să îi transmiteți din partea mea sfatul de a trece la lucratul pasului patru. "Nu-i așa, programul doar așa are efect dacă este lucrat și de dumneavoastră? Are efect și asupra mea de peste douăzeci de ani. "- a încheiat zâmbind a bun rămas.

N-am fost un elev ușor de învățat, când n-am mai avut altă ieșire din groapă, am învățat, dar încet, foarte încet.

Tare îmi doream să pot fi de ajutor altora. Această dorință a fost cea mai sinceră motivație a mea. Dar doar așa îi poți ajuta pe ceilalți, fără a



fi flămânzit, am auzit eu odată, dacă ai și tu o felie de pâine pe care s-o împarți. Știam și eu că doar atunci pot ajuta sincer, dacă și eu mi-am rezolvat războaiele sufletești. Unul din scopurile dezvoltării mele, este să „eliberez cu dragoste" supărările din trecut. Să repar greșelile pe care le-am săvârșit în timpul băutului. Să-i eliberez pe aceia pe care i-am rănit, cărora le-am provocat durere. Rănile mele trebuia să le pun deoparte. Acum era vorba de cele de care eram eu direct răspunzătoare. Deja în al doilea an de abstinență, când am auzit, prima dată de la Alex, că odată și odată și eu va trebui să-mi cer iertare de la fostul meu soț, bănuiam că este adevărat. În al treilea an deja știam că este adevărat. În al patrulea an deja mă străduiam să fie adevărul meu.

* * *

Această clipă grea s-a desăvârșit într-o după amiază de toamnă. Stăteam într-o cafenea, față în față cu fostul meu soț. Se mira ca doream să-l întâlnesc după ce trecuseră atâția ani. În secret, mă miram și eu de părul lui vopsit și lăsat până la umeri.

„Da" – am spus amabil – „de aceea te-am chemat, pentru că ar fi important pentru mine. "

„Și pentru mine ar fi fost important" – m-a întrerupt Gabi. "De câte ori te-am sunat, întotdeauna ai închis telefonul. Chiar și pe stradă m-ai ocolit. Atât am suferit! N-am avut cu cine să mă sfătuiesc asupra timpurilor grele. Bineînțeles că știi despre soția mea că este cu douăzeci de ani mai tânără decât mine. Diferența de gândire este uriașă între noi. Mi-e greu să o urmez. Împrăștie banii, deși știe, că sunt plin de datorii. Și copilul costă mult. În primul an, când am adus-o din Ungaria, dorea să devină scriitoare. Dorea să-mi dovedească că știe să scrie ceva mult mai grozav decât „Ulysse" a lui James Joyce. În al doilea an a devenit pictor. Expoziția ei a costat o avere. Am fost obligat să-i îndeplinesc toate capriciile pentru că la cel mai mic semn de împotrivire nu mai vorbea deloc cu mine, sau o gonea acasă la ai ei în Ungaria. Dar ultima ei aventură a fost cea mai gravă. A dorit să producă un film în Ungaria. Am avut noroc că tatăl, membru al unui minister, a reușit să netezească problema.

Şi toate acestea nu le-am putut discuta cu tine. M-ai lăsat complet singur. Lângă tine nu a trebuit să-mi asum atâtea obligaţii care îmi depăşesc puterile. Eu nu mai am putere pentru asemenea lucruri. Mă trezesc subit noaptea, gândurile nu mă lasă să adorm, tu nu ştii... de câte ori mi-am dorit să mă întâlnesc cu tine beată. Beţia ta mi-ar fi dat dreptate. Dar tu nu te-ai îmbătat nici măcar atunci când m-am căsătorit. Nu a fost adevărat nici faptul că prietenul meu te-a văzut beată într-un magazin. Ştiu că te-a necăjit foarte tare, când ţi-am spus acest lucru, pentru că după aceasta nu ai vrut să mai vorbeşti deloc cu mine. Dar tu nu poţi înţelege asta. Cât de important ar fi fost pentru mine ca tu să bei mai departe! Aşa sentimentul meu de vinovăţie... sentimentul meu de vinovăţie ar fi adormit."

„După douăzeci de ani nu aş fi avut voie să te părăsesc, să te las singură atunci când erai atât de bolnavă" i-am auzit din nou glasul.

„Asta nu pot să mi-o iert. Ştiu, îmi primesc de la soartă pedeapsa meritată. Şi eu am să mă îmbolnăvesc de cancer. "

„O. nu rosti asemenea grozavii! "- i-am răspuns.

„Ba da."- mi-a răspuns. "Veşnic îmi apare în faţă acest tablou de groază."

Însă aici l-am întrerupt. Nu voiam să-i ascult fantasmele de groază.

„Aş dori foarte mult acum, să fii atent la mine "i-am spus – „pentru că şi mie îmi va fi dificil să fiu pe deplin sinceră în ceea ce doresc să-ţi spun. Ştii, că sunt alcoolică. "

„Nu mai eşti, pentru că nu mai bei." m-a întrerupt din nou.

„Ba da" – am continuat. "Sunt alcoolică abstinentă. Dar boala mi-o port până la sfârşitul vieţii. Poate că pentru tine este de neconceput, dar eu mă bucur pentru că sunt alcoolică. Din cei patru ani de abstinenţă de până acuma, am primit foarte multe cadouri. Totul are un preţ în viaţă. Preţul ca eu să pot realiza în sfârşit cine sunt eu, a fost alcoolismul meu. În sfârşit s-a destrămat propria-mi păcălire, autodistrugere, autopedepsire. Pot să mă caut cu mintea limpede (abstinentă).

Pot să caut ce va rămâne, după ce voi lăsa toate măştile de pe faţa mea. Oscar Wilde a spus că adevărul nu este niciodată "curat", niciodată simplu. Nici al meu nu este curat, pentru că alcoolismul nu este o boală nobilă.

Iar eu nu mă mai tăvălesc în boală – lucru pe care tu din păcate a trebuit să-l suporţi de multe ori – ci merg pe drumul cunoscut al vindecării.



Acum stau aici lângă tine, ca să-ţi mărturisesc sincer: ştiu, te-am necăjit de multe ori. Ştiu, beată fiind câtă tristeţe ţi-am pricinuit. Dar şi asta este adevărat, că eu nu mai sunt aceeaşi persoană, care ţi-a pricinuit acele necazuri.

Totuşi eu sunt responsabilă pentru ele, pentru copilul mic din mine şi care le-a înfăptuit.

Cred, că acum patru ani, când am păşit în A.A., am adus cu mine trei persoane. Una, cea mai greşit înţeleasă a fost copilul mic, a doua cea care voia să pară femeia adultă, plină de orgoliu pentru reuşita ei în afaceri, şi a treia părintele din mine care dorea să aibă grijă de celelalte două,

Dar despre ei la început nu am ştiut nimic, nu eram în "comunicare" cu ei. Totuşi, cumva, bănuiam întotdeauna că o singură persoană nu poate stârni atâta răzvrătire câtă era în mine. Copilul mic din mine a făcut prima dată cunoştinţă cu frica. Asta l-a paralizat. Pentru că din primele lui zile ar fi vrut să trăiască într-un cămin în siguranţă, înţelegere şi dragoste. Dar, într-un cămin foarte nesigur, a avut parte doar de ceartă, reproşuri, pedepse. Nu şi-a înţeles nici foamea de iubire. Întrucât nu a primit explicaţii, şi-a trimis mesajul că nu este iubit. AŞA A SIMŢIT, CĂ ESTE ÎN DRUM, ŞI DE CELE MAI MULTE ORI O POVARĂ. Chiar şi mesajele de bine şi de greşit nu le-a putut interpreta corect întrucât îi era permis ceva pentru care altădată era pedepsit. AŞA ÎNCÂT FRICA NU I S-A DIMINUAT, CI A CRESCUT TOT MAI MULT.

În familie toată lumea s-a temut, aşa că nu a existat nici o posibilitate ca cineva să-i vină în ajutor. Acest copil nu a crescut niciodată, nu a ajuns în mine niciodată Adult. El mi-a pricinuit cele mai multe necazuri.

Am vrut să-l reneg şi să-l părăsesc, pentru că "mi-era ruşine de el". Îl disprețuiam pentru laşitate. L-am acoperit, ascuns şi apoi am început să-l cert şi să-l rănesc, cum am învăţat de la părinţii mei. Cu cât mai mult s-a temut copilul mic, cu atât mai mult curaj mă aruncam în acţiuni îndrăzneţe. Am vrut să-i arăt eu, "numai pentru că.... "

Am lucrat împotriva lui şi el s-a întors împotriva mea. Mi-a devenit vrăjmaş. M-a determinat să fiu autodistrugătoare.

Astăzi am început deja să înţeleg, că acel copil nu trebuie respins ci primit. Să-ţi asumi răspunderea pentru el, să-l înţelegi, să-l iubeşti pentru

că e parte a vieții tale. Şi astăzi am probleme mari cu el, pentru că nu cunoaşte decât pedeapsa. Dar ştiu, pe măsură ce înțeleg mai mult din mine îi pot oferi şi lui mai mult.

Până atunci am grijă de el, i-am promis asta.

A doua persoană este cunoscuta, orgolioasa femeie de afaceri. Ea neagă chiar şi faptul că a fost vreodată copil. Neagă şi argumentează că la 13 ani a putut să câştige bani de adult. Întotdeauna şi pe toată lumea ea a întreținut-o material. A interesat-o doar reuşita, banul, şi şi-a demonstrat capacitatea de a fi adult spre lumea exterioară prin reuşitele băneşti. Dură, socotită, a fost "workacolică"

Cu dorințele ei de mare doamnă şi astăzi mai am mult de lucrat.

Acum am ajuns la părinte. Lui îi pot mulțumi că m-am dus la A.A.. Pe el îl ascult cel mai mult, este împăciuitor şi de încredere. Cred că el este cea mai sănătoasă persoană din mine.

Fostul meu soț m-a ascultat tăcut, apoi a spus:

"Tare te invidiez, că tu ai timp pentru asemenea lucruri. Din păcate pentru mine aşa ceva e lux" – mi-a spus.

"De fapt ceea ce îmi place este dacă alții îmi spun cine sunt. Eu ştiu foarte bine, ce e adevărat din mine...dar ce nu înțeleg foarte bine este de ce sunt atât de nervos – păi da, întotdeauna se iveşte cineva să mă scoată din fire. "

Mai târziu, afară, în strada aglomerată, ni s-au despărțit drumurile.

El a plecat spre dreapta, eu înspre stânga. Am schimbat locurile, ca şi durerea, pe care până acum eu am suportat-o. Am descoperit în după-amiaza aceasta că acum deja o vrea şi pe a mea, a luat şi durerea mea cu el.

Greutatea a fost prea mare pentru el. N-a putut s-o ducă. După câțiva ani, am primit o înştiințare că a murit, după o lungă suferință, de o boală canceroasă.

Mi-am luat rămas bun aşa:

Camaradul meu străin, nu este aici motiv de doliu. Este – a spus, numai pentru anii care nu au existat.

Şi nu mai este nici o speranță. Inima ta a sperat orice.

„Şi viața mea a fost la fel... Să dormim... "



# CAUTARE

*"Adevărul CHIAR dacă e UNUL, e de la sine înțeles că cel care îl priveşte vede ALTUL. Chiar acest ALTUL face ca UNUL să rămână şi acelaşi."*

*Schiller*

Mi-am căutat sinceritatea. Măştile, pe care "distrugerea" le-a presat pe fața mea, le-am dat jos. Mi-a fost teamă de goliciune. Dar a trebuit s-o accept, pentru că măştile nu mi se mai potriveau. Cea nouă încă nu era gata. Gipsul încă nu era întărit. Dar deja ştiam că nu pe gips trebuie să mă sprijin, ci pe vaga putere a sufletului meu. A trebuit să cred că atunci când ceea ce spun şi ceea ce sunt, va fi în echilibru, voi da de adevăr. Atunci într-adevăr mă voi identifica cu mine însumi. Omul în aşteptare, în nuditate sufletească, este cel mai uşor de rănit. Primeşte pe oricine. Prima oară frica. La început vine doar "tatăl teamă" în vizită, dar în scurt timp apare şi "mămica". Apoi întreaga familie, împreună cu cei mici, se mută la tine. Încep să-şi invite şi rudele. Ei şi-au găsit în sfârşit căminul, dar pe mine m-au paralizat.

Din teamă am abandonat tutunul. Din teamă mâncam foarte mult. De teamă aveam în fiecare lună un fin nou, pentru ca în scurt timp începeam să mă tem de ei.

Capacitatea mea de a intui evenimentele se diminua continuu. Cramponată, mă țineam de învățătura A.A.: "Credința risipeşte teama". Ştiam, era adevărat, acceptasem. Dar nu în adâncul stomacului meu, pentru că "mica familie" era tot acolo cuibărită.

M-am plâns prietenilor mei, ei m-au sfătuit: "Trebuie să mergi la guru – el te va ajuta. Şi pe noi ne-a ajutat mult. "

Şase dintre noi am fost foarte bune prietene. Aproape toate am sosit în aceeaşi zi la Alcoolicii Anonimi. Eram solidare, împreună plângeam, împreună râdeam, împreună ne vindecam. Cu cea mai sinceră credință în solidaritate am rămas abstinente una pentru cealaltă.

Gi-Gi, prietena mea nemțoaica, o fată splendidă cu păr blond, mă iubea foarte tare. Gi-Gi trăia doar de 10 ani în SUA. În ultimii șase ani a fost abstinentă, în timp ce în primii patru ani a stat beată pe un scaun de bar într-o cârciumă de pe 3rd Avenue.

S-a cunoscut cu un băiat american în Spania. Au căzut într-o dragoste uriașă. Amândoi au băut. Gi- Gi lucra în Spania, făcând figurație în filme. Abandonase de mult Germania, satul ei natal, unde toți o strigau „pui de nazist".

Tatăl ei a fost ofițer german SS; Gi–Gi avea patru ani când tatăl ei a plecat la război -- și nu s-a mai întors niciodată.

Singura ei amintire despre tatăl ei era sacoul negru de ofițer. Când Gi-Gi se temea, se îmbrăca întotdeauna cu acel sacou.

Băiatul american a adus-o pe Gi–Gi în New York.

"O să locuim împreună cu părinții mei, dar trebuie să discut cu ei asta mai întâi", a asigurat-o și a lăsat-o într-un bar pe 3rd Avenue, ca să îl aștepte. Gi-Gi l-a așteptat pe scaunul de bar 4 ani. Barmanul a sfătuit-o să meargă la A.A. Acolo l-a întâlnit în schimb pentru prima oară pe iubitul ei. Băiatul era abstinent de 2 ani. De Gi-Gi nu-și amintea. Apoi mai târziu, și-ar fi dorit să-și amintească de Gi-Gi, care era una din cele mai frumoase fete din A.A., dar deja Gi-Gi dorea să-l uite pentru că era "limpede".

MARGEE – venea din Pennsylvania, unde cel de-al doilea soț avea o întreprindere de mașini de transport. Cu primul soț a stat mai mult de 16 ani. Aveau și doi copii. Primul ei soț avea o întreprindere funerară. Pe Margee o bătea. O bătea de fiecare dată pentru că Margee nu voia să fardeze morții. Soțul îi pretindea ca înainte de înhumare, morții să fie fardați. Margee ura să-i fardeze pentru că se temea de ei. Se temea că vor prinde glas, se temea că folosește prea mult culoarea roșie. Margee putea să fardeze cadavrele doar dacă era beată. Cel de al doilea soț a eliberat-o din acest iad. La început, Margee s-a simțit foarte recunoscătoare. Dar încetul cu încetul, a înțeles că cel de-al doilea soț iubea mai mult băieții. Cu ei își petrecea nopțile. Margee a rămas și de data asta cu sticlele ei și a băut mai departe. Soțului nu i-a părut rău ca bea, pentru că atâta timp cât Magee bea, el era liber. N-a fost niciodată nici o discuție, nici o explicație despre nimic, erau doar foarte mulți bani.



Margee de cele mai multe ori era mult prea beată ca să meargă după cumpărături. Comanda prin telefon rochiile cele mai frumoase din cataloage. Se adunau rochiile, dar Margee nu avea unde să se ducă cu ele.

Margee a fost internată în comă alcoolică gravă, într-o clinică de dezintoxicare din New York. Pentru vindecarea, abstinența ei, Margee s-a stabilit în New York. Și-ar fi dorit foarte mult să renunțe la căsnicia ei, care era de fapt o căsnicie la "distanță". Se temea să renunțe la bani, la confortul adus de ei.

LORRY – micuța, draga Lorry lucra la New York Times, la alcătuirea rubricii "Cum gătim, cum facem prăjituri", la prepararea rețetelor. Șeful ei o iubea foarte mult, dar începuse din ce în ce mai des să se plângă că Lorry folosește din ce în ce mai mult rom în rețetele ei și le stropește cu din ce în ce mai mult vin. Lorry a încercat degeaba să-l convingă că aceste rețete sunt foarte rafinate, doar ea le-a preparat. Dar șeful ei nu s-a încrezut în ea și a trimis-o într-un concediu plătit de două luni, pentru "limpezire". Lorry a venit la A.A. Mai târziu, când s-a întors să lucreze, își scria articolele la rubrica "Unde să ducem copilul duminica? "

Și Lorry s-a temut să se elibereze de frică. "Ăsta este singurul sentiment care este sigur în mine", a spus.

SUSAN – era cea mai frumoasă, cea mai stilată, cea mai tânără dintre noi. La 20 de ani, a câștigat concursul de Miss Chicago. Susan nu credea că este frumoasă. Era soția unui psihiatru cu foarte mare clientelă în Park Avenue. Aveau deja trei copii. Guvernantă, servitoare, șofer, bani, avere, așa cum este scris în "Cartea Mare".

Susan era nefericită. Starea de vinovăție, conștiința de păcat nu o putea prelucra. Tatăl alcoolic a violat-o într-o noapte. Beată fiind, Susan dorea să fie ca și tatăl ei: abuzivă. Pe soțul ei l-a adorat la început, apoi l-a urât ca și pe tatăl ei. Pentru ura ei avea nevoie de alcool. Beată fiind, le-a făcut o vizită tuturor pacienților lui. Știa toate adresele, știa unde să sune. Fiecăruia i-a explicat să nu meargă să se trateze la soțul ei, pentru că soțul ei nu este un om de încredere, strânge doar banii de pe urma lor, iar ei nu se vor vindeca niciodată.

Le-a spus că pe soțul ei doar banii lor îl interesează. Susan nu și-a amintit mai târziu de toate acestea, de parcă le-a executat în stare de "pilot automat".

Soțul, psihiatrul, i-a dat ultimatum: sau intră în A.A. ca să se limpezească, sau se mută înapoi în Chicago, la părinți, dar fără copii.

Și Susan a venit în A.A. Ea era "cea mai" dintre noi. Ea era cea mai tânără, cea mai curajoasă, cea mai informată. Despre modul de recuperare din starea de vină, de rușine, ne-a explicat când noi încă nu știam dacă o avem sau nu. Ea știa cine e cel mai bun guru în New York sau care este folosul în meditație, de ce trebuie să înțelegem comorile de neprețuit ale gândirii pozitive, de ce știința gândirii trebuie învățată. Susan nu se temea, mergea cu mult curaj înainte și noi o urmam.

JO-ANN – a venit din Florida, după un divorț foarte furtunos. Soțul ei era judecător al Curții Supreme din Florida și a vrut să se elibereze de Jo-Ann. I-a tot dat de băut, până când frumos, încetișor Jo-Ann a semnat actul de renunțare la orice pretenție. După 25 de ani de căsnicie, Jo-Ann a renunțat la averea lor comună, la copii, la casă, la fermă, la yacht. Cu două valize, cu o foarte mică sumă de întreținere zilnică, foarte beată, s-a trezit într-o zi pe stradă. Cum a ajuns la New York, asta nu-și amintește cu precizie. De zile întregi nu mâncase, doar băuse. A descins într-un mic hotel ieftin, în Yorkville, unde a dus-o taximetristul de la aeroport. Zonă maghiară, cu mâncare de gulaș. Într-o seară a căzut pe stradă, deși nu era beată. Nu mai putea nici măcar să se îmbete. Un bărbat în vârstă a ajutat-o să se ridice și foarte amabil a întrebat-o : "Și tu vii aici la ședința A.A. ? " Și a ajutat-o să intre. Jo-Ann s-a așezat tăcută și a simțit că acum este deja "acasă".

Jo-Ann, câțiva ani mai târziu, deja abstinentă, și-a redobândit dragostea copiilor ei. Copii au frecventat AlAteen-ul, program înființat pentru copii 8-18 ani, cu părinți alcoolici, și așa s-au vindecat în continuare.

Jo-Ann era deja abstinentă de peste 5 ani când a început să aibă dureri de cap din ce în ce mai puternice. Medicii au diagnosticat o tumoare malignă pe creier și au operat-o imediat. O vreme a părut că a trecut de pericol. Toți trăiam cu speranța. Și astăzi o văd venind la A.A. în convalescență, dar bandajul uriaș al capului era acoperit de un batic. "Mă simt mai limpede decât oricând. „Precis mi-am extirpat toate celulele alcoolice din creier, pentru că sunt tot timpul bine dispusă", spunea.



Dar ceva probabil totuși nu a reușit, pentru că Jo-Ann s-a îmbolnăvit foarte rău. Tratamentul îndelungat cu radium, vărsăturile, slăbirea în greutate trădau că boala face ravagii mai departe. Am îngrijit-o cu schimbul. Una mergea la ea ca să spele, cealaltă ca să gătească, a treia o ducea la medic, a patra o hrănea, a cincia o hrănea sufletește, întărind-o.

Ne-am minunat, am contemplat cum a acceptat partea inevitabila. A rămas abstinentă. "Abstinentă vrea să mă întâlnesc cu Puterea Superioară", spunea.

În ciinitir, sicriul a fost urmat pe ultimul drum de sute și sute de alcoolici.

Jo-Ann a plecat, a găsit ușa abstinenței, a deschis-o și a trecut ușor prin ea.

# GURU BHAGWAM

Maestrul venea din India. În Poona, India a luat ființă primul centru Ashram Bhagwan. Al doilea în Germania, unde Bhagwan a devenit popular în rândul tinerilor.

Apoi, cu adepții săi, din ce în ce mai mulți, s-a stabilit în Statele Unite.

El a scris cea mai bună carte, el a devenit cel mai „la modă" guru în New-York. Se prezenta așa: "Eu nu sunt GURU, dar recunosc, aveți nevoie de un MAESTRU, care să-l trezească pe guru-ul din voi".

La prima întâlnire am fost derutată. Când sunt în derută vorbesc repede.

„În concluzie" – mi-am auzit vocea – „sunt îngrijorată doar de mine. De dispozițiile mele nesigure. Nu-mi place de mine, pentru că mă zbucium dintr-un adevăr în altul, fără odihnă. Aș dori să trăiesc în pace cu mine. Dar mă sperii pe mine însumi cu așteptările mele, atât de dense. Îmi asum prea multe responsabilități. Doar eu sunt răspunzătoare, și mai ales pentru gândurile mele. Înainte îi îndrumam întotdeauna pe alții, așa părea că aveam capacități pentru asta, dar pe mine reușeam cel mai puțin. Înainte m-au ajutat bărbații, alcoolul, dar bineînțeles că asta nu mai... asta nu mai vreau... mă vreau pe mine, dar nu pe mine cea nesigură. Deși și asta este schimbător, pentru că de multe ori, la modul cel mai sincer, mă simt împăcată, sigură pe mine, dar după aceea situația îmi scapă din nou din mină... "

Maestrul m-a ascultat fără să scoată o vorbă. A început să toarne apă într-un pahar, într-o cană de pe masă. Paharul era de mult plin, apa curgea deja de pe masă, dar Maestrul încă turna apă. A răspuns uimirii mele în felul următor:

„Asta ești tu" – a spus – „paharul plin, supraumplut. Pentru ca să faci loc cunoașterii, ai nevoie de adâncime."

Maestrul a continuat:

Dar liniștea profundă se află în adâncime. Acțiunile noastre conștiente, gândurile, simțurile, sentimentele noastre sunt precum valurile de la



suprafață. Ele toate ne însoțesc până la sfârșitul vieții, ca și valurile care sunt la suprafața oceanului. Nu putem exista fără valorile noastre.

Le primim, le acceptăm pentru că doar după aceea putem simți pacea adâncimii. Tu, de exemplu, ai dori să te eliberezi de fricile tale. "

"Da", am răspuns.

„Dar cu cât îți concentrezi gândul mai mult, cu atât întâlnești mai multă împotrivire. Iar împotrivirea stârnește și nu liniștește frica.

În loc să fugi de frică, sau să o dai la o parte, trebuie să o înțelegi. Trebuie să fi atentă cu fricile tale. Trebuie sa le cunoști. Să le privești curajos în față și să nu fugi de ele.

Scopul cunoașterii este să devii om întreg. Dar dacă negi o parte a "întregului", chiar și o parte negativă, precum frica, sau o parte pozitivă, pierzi ceva din tine, o parte semnificativă din întreg.

Nu realizezi nimic cu asta, devii doar limitat. Iar din limitare începe neliniștea ta. Tulburarea ta interioară. Deci, dacă acum te întreb de ce anume te temi, care îți va fi răspunsul? "

"Nu știu exact", am spus.

"Asta este – asta este rădăcina adevărului. Să te temi de FRICA NENUMITĂ. FRICA NENUMITĂ o porți atâta vreme cu tine, până când nu o denumești. Să o numim și atunci va pleca de la tine pentru că ea nu suportă confruntarea. Eu aș numi frica ta DORINȚĂ.

Îți dorești împlinirea fantasmelor tale. Îți imaginezi cine ce ar trebui să spună, să ofere, să dea, să facă, dar bineînțeles că ești înșelată. Aproape de fiecare dată te lași prinsă în capcana înșelătoriei. Și repeți asta. Ți-e teamă de asta. Aici este rădăcina frământărilor tale. Trebuie să înveți că nu oamenii te înșeală, ci propriile tale dorințe.

Oamenii habar nu au, nici nu știu de dorințele tale, nici nu se ocupă cu ele. Toate acestea tu le-ai proiectat asupra lor. Trebuie să fi atentă în viitor, ca iluziile tale să aibă o rădăcină: cunoașterea. "

Dragă Bhagwhan, astăzi simt că atunci m-ați ajutat foarte mult. Mai târziu, chestiunea Bhagwahn a sfârșit urât. A atras atenția întregii Americi. L-a început au căutat un teren în New Jersey, pentru ashramul Bhagwahn. În problema asta am participat și eu, eram și eu printre ei. Dar au pretins tot mai abuziv sa le devin discipol. M-am despărțit de ei și am rămas doar o „căutătoare".

În partea centrală din vestul Americii, oraşul Oregon era muribund. Fermierii sărăciseră. Terenurile lor de sute de hectare stăteau uscate şi în paragină de ani buni. Discipolii lui Baghwhan au cumpărat terenurile. Ţăranii le-au vândut bucuroşi. S-au bucurat că în sfârşit se întâmplă ceva.

Adepţii cei mai numeroşi ai lui Bhagwhan veneau din Germania. Tinerii germani au împânzit Oregonul. Cu banii lor, forţa lor, disciplina lor militară, au ridicat în Oregon centrul Bhagwhan.

Au construit un hotel uriaş, clădiri uriaşe, terenuri de locuit, drumuri, poduri, gatere pe apă.

Aveau uniforme, haine lungi galbene. Afară, pământurile erau îngrijite, lucrate, udate de sute şi sute de discipoli. Hainele lor galbene fluturau în vânt şi de departe arăta de parcă înflorise floarea-soarelui.

Exact nu ştia nimeni, dar comunitatea avea foarte mulţi bani. Atunci a început necazul. La banii aceia, toată lumea a devenit atentă. Poţi deveni ştire senzaţie a zilei în America pentru evaziune fiscală, probleme de sex şi droguri. E de ajuns unul singur din acestea, dar ashramul viza toate trei. Maestrul primise o maşină Rolls Royce. La început doar una, dar când a explodat tot necazul erau parcate în faţa ashramului douăzeci şi două.

La început ştirile au circulat la postul local de radio, apoi în ziare, apoi televiziunea naţională a anunţat că discipolii se droghează, meditează în pielea goală, organizează orgii sexuale. Iniţial, Maestrul nu ştia de toate acestea, întrucât era ţinut drogat şi el tot timpul.

Când televiziunea s-a ocupat de problema lor deja zilnic, în emisiunea duminicală "60 de minute", l-au arătat şi pe Bhagwhan. L-am văzut pe Maestru! Ce dezamăgire! Cuvintele încâlcite, ochii încercănaţi l-au trădat că dormea treaz fiind. Unde rămăsese cunoaşterea lui? Ce s-a întâmplat cu el? Banii sau succesul l-au terminat? Nu ştiu.

În 1985, S. U. A., l-a expulzat oficial pe maestru. Ashramul s-a dizolvat. Ţăranii şi-au redobândit oraşul, terenurile.

După Bhagwhan, comunitatea guru a ieşit din modă. Chiar şi TM – ul, Meditaţie Transcedentală, care era aproape cea mai populară în America. Şi TM s-a dezvoltat foarte serios, pentru că a sprijinit financiar instituţii cu greutate şi pentru că au crezut în tehnica meditaţiei transcedentale.

Dar mai târziu nu a scăpat nici TM. Au fost acuzaţi şi târâţi în judecată, pentru spălare de creier, deteriorare de personalitate. S-au evaporat şi ei ca şi camforul.



S. U. A. este o ţară foarte interesantă. Recepţionează repede fiecare val nou, dar după aceea se opreşte brusc, bombănind. Asta s-a întâmplat şi în fenomenul guru. Şi-au însuşit karma, dar nu şi-au mai dorit să ajungă în nirvana. În orice caz, fenomenul guru a lăsat în urmă, deschisă, „portiţa mică a revelaţiei".

Dar apoi au deschis-o deja psihologii noştrii. Ei au observat că este nevoie de schimbare, şi că ea ar putea fi foarte de viitor.

Îmi aduc aminte, la sfârşitul anilor 70, în raftul rezervat cărţilor SELF HELP, erau doar câteva volume. După 1983, stăteau frumos aliniate deja cu sutele. Pornise invazia cărţii. Sosise sfârşitul subiectelor tabu.

Cărţile ne-au adus la cunoştinţă lucrul de care ne temeam cel mai mult: pe noi înşine. Într-o formă sau alta, fiecare a început să se cunoască. Cărţile vorbeau despre otravă, suferinţă, greşelile repetitive, relaţiile de dependenţă, rătăcirile de mentalitate care începeau din copilărie. Cărţile au semnalat era "Şi eu".

Când soţia preşedintelui S. U. A., Betty Ford şi-a scris autobiografia, femeia americană a devenit de pe o zi pe alta o eroină. A ridicat cu multă sinceritate problema alcoolismului ca şi boală. Ca o dovadă, a arătat că alcoolismul face aceleaşi ravagii la Casa Alba, ca şi în cârciuma de la marginea drumului.

# FII CREDINCIOS ȚIE ÎNSUȚ!!

*„Dacă vei ridica partea ce este în adâncimea ta*
*În această ridicare este vindecarea ta*
*Dacă nu vei ridica acea parte*
*În abandonul acesta este distrugerea ta „*

*"Gnostic Gospel"*

Nimic nu poate fi atât de rău, ca alcoolul să nu poată să-l strice mai departe. Da, da – spuneam, nimic nu poate fi atât de în adâncul meu ca nerecunoaşterea să nu-l facă mai rău.

Viața mea cerea o schimbare. A sosit vremea când ochii mei nu au mai vrut să vădă nici o tapițerie, capul meu nici în vis nu a mai vrut să vândă sau să cumpere, piciorele nu au mai putut intra în muzee, mâinile mele dădeau la o parte şi nu mai voiau să țină în mână minunatele țesături.

Foarte recunoscătoare profesiei mele, voiam să o ştiu dată în lături. Mi-am vândut casa, fiecare etaj mi-a devenit o povară. Nu ne mai potriveam. I-am spus rămas bun şi New-York-ului. I-am mulțumit frumos că a avut grijă de mine 27 ani. M-a primit, m-a educat. M-a învățat lucruri pe care poate niciunde în lume nu le-aş fi învățat.

Am cutreierat ca să-mi iau rămas bun toate sediile A.A. iubite, pe toți prietenii mei care poate nu vor şti niciodată cât de mult mi-au fost de ajutor.

Ne-am luat rămas bun cu ochii înlăcrimați, ne-am mulțumit unii la alții: oameni care ne-au ajutat, oameni cărora le-am ajutat.

M-am mutat în California.



# 10 ANI DE ABSTINENȚĂ SENINĂ CALIFORNIA

Am pornit spre California cu un foarte bun prieten: Philipp. Era alcoolic abstinent de câțiva ani buni, de profesie medic psihiatru.

În California ne-am stabilit în oraşul San Lucas, între San Francisco şi Los Angeles. Oraşul priveşte spre Munții King Canyon, poalele muntelui netezindu-se în Oceanul Pacific oferind una din cele mai frumoase privelişti din lume.

Philipp şi cu mine am fi dorit să dăm viața unui Centru de Reabilitare după consum de drog şi alcool. Ne-am plănuit să cumpărăm o fermă veche, cu un teren uriaş, unde pot fi ținute şi animale: cai, capre, câini şi altele.

După câteva luni am găsit "ferma visurilor", cu grajduri vechi, clădiri de locuit, pomi fructiferi cu crengi lungi lăsate în jos, ce periau oceanul. Săptămâni întregi am alergat după autorizații şi pentru reglementarea problemelor financiare. A reieşit apoi că nu putem primi autorizație de funcționare pentru Centrul de Reabilitare.

Motivul refuzului autorizației de către Municipalitatea oraşului era faptul că la o distanță relativ mică, în Big Sur, funcționa Institutul Esalen, centrul terapeutic Gestalt. Locația noastră era mult prea apropiată ca să se justifice încă un Centru de Reabilitare.

Esalenul a fost înființat în 1966 de medicul psihiatru Frederik S. Pearls. El a fost inițiatorul terapiei Gestalt. În cadrul centrului se organizau seminarii atât pentru psihiatrii cât şi pentru publicul interesat.

Pe uşa de la intrare a Esalenului am citit următoarele versuri:

„O mie de flori din plastic
Nu îmbobocesc;
O mie de umbre
Iți lasă încăperea goală"

"Friți", cum era Dr. Pearl numit în anumite cercuri, nu iubea îmbrăcămintea din material sintetic şi persoanele artificiale. "Amândouă mă înăbuşă. "- spunea.

La seminariile lui, cu fața zâmbitoare, mângâindu-şi barba, rostogolea spre noi cuvintele ca nişte mărgele ce ni se păreau foarte simple. Cu însuflețire ne explica "teoria cepei".

"Orice orgoliu, agresiune, fantasmă, trebuie să o cojim de pe noi ca pe foaia unei cepe, ca să ajungem să găsim sămânța originară. Începând cu momentul acesta ne vom raporta la orice cu eul nostru sincer, nu mai avem nevoie de capcanele "adaptării. Cea mai înaltă stare spirituală a omului, pe care el o poate atinge, este să se cunoască temeinic pe sine însuşi. "



# LOS ANGELES

Ne-am mutat mai târziu, împreună cu Philipp, în Los Angeles. Atunci ne-am simțit un pic dezamăgiți, dar astăzi văd deja limpede, că destinul meu nu era înlănțuit cu Oceanul Pacific. Astăzi sunt recunoscătoare intuiției că nu am fost insistentă cu Centrul de Reabilitare. Mă bizuisem pe Puterea mea Superioară, şi ea îmi pregătise altceva.

Los Angeles este un sat mare. Un plai întins, pe un spațiu uriaş, fără zgârie-nori, cu drumuri ca nişte raze de soare ce tind spre eternitate.

Munții țin locul zgârie-norilor, iar eu dacă nu vedeam munții, câmpiile întinse îmi aminteau de acasă. După New-York era ciudat şi faptul că oamenii se plimbau, nu goneau. Aveau timp, se opreau din loc în loc. Nu se grăbeau.

În Los Angeles şedințele A.A. sunt ca şi cele din New-York, dar cu obiceiuri californiene. Aici alcoolismul şi consumul de droguri nu sunt noțiuni cunoscute ca şi "stigmă, ruşine". Poate că regizorii Hollywoodieni au pus în scenă şi aceasta? E adevărat că de la începutul secolului, de la febra aurului, California este căminul a orice este "nou", a orice este "întâi".

La întrunirile A.A. de vineri seară din Rodeo-Drive este provocare dură ca să poți intra. Ne puneam la coadă înainte de deschiderea uşilor, ca să găsim un loc pe scaun.

În primul rând stăteau actori, cântăreți, regizori celebri. Erau aduşi de şoferi şi păziți de bodyguarzi. Şedința era deschisă, putea intra oricine.

La radio-ul local, chiar de mai multe ori în timpul zilei, actori celebri se prezentau aşa: "Sunt Mason Robert, alcoolic. Dacă ai probleme cu alcoolul, vino între noi, te ajutăm. Dacă mai vrei să bei, e problema ta, dar dacă vrei să te vindeci, este deja problema noastră. " Tradițiile recomandă apărarea anonimatului, dar asta depinde întotdeauna de persoană, dacă rupe sau nu anonimatul. În California unde problema consumului de alcool şi drog este cea mai gravă, era de dorit ca ajutorul oferit să fie mai mare. Zilnic pe ecranul TV apărea: SAY NO TO DROG, SAY NO TO ALCHOOL", şi numărul de telefon unde puteau primi ajutor.

Medici alcoolici abstinenți, psihiatri alcoolici abstinenți, au apărut în public. Au vorbit sincer şi deschis despre alcoolism. Au dorit să ajute şi au ajutat. Au scris cărți, au prezentat emisiuni TV despre copilăria lor, căminele lor disfuncționale, sufletele lor suferinde. Despre modurile de viață cu excese, fără echilibru. Prea multă mâncare, prea multă muncă, prea multă băutură, prea mult stres, nervi, toate acestea duc la o atmosferă încărcată în familie. Mame nervoase nasc copii nervoşi şi aşa se continuă totul...

Când John Bradshaw şi-a scris cărțile, una după alta (Familia, Drumul revoluționar spre tine însuți, Vindecarea ruşinilor dobândite, Sosirea acasă, Revendicarea şi sărbătorirea copilului interior), a fost chemat la televiziune pentru a ține o emisiune.

Când a ținut prima emisiune de patru ore, succesul a fost atât de mare, încât la postul TV au sosit mai mult de zece milioane de scrisori care au cerut reluarea emisiunii.

Bradshow a studiat teologia, dar mai târziu şi filozofia. Elegant, s-a prezentat în fața camerei de vederi şi a împărtăşit publicului că este alcoolic abstinent de peste douăzeci de ani. A învățat să trăiască abstinent prin programul de douăsprezece paşi. "Pe mine nu mă mai deranjează cuvântul alcoolic. Îmi pare rău pentru oricine pentru care acest cuvânt este încă o problemă. "

Asemenea emisiuni, cărțile medicilor, psihiatrilor, scriitorilor, filosofilor alcoolici abstinenți m-au ajutat mai mult comparativ cu restul publicațiilor medicale pe baze ştiințifice – pentru că legitimează autenticitatea suferințelor proprii pe care le-am trăit şi am încercat să mi le explic.

Când Bradshaw a vorbit despre "disfuncționalitate", despre ocuparea greşită a locurilor în familie, despre disfuncționalitatea propriei lui familii de origine, despre copilăria lui, despre fricile lui din copilărie, o mulțime dintre noi ne-am recunoscut.

"Alt copil se bucură când se termină şcoala" -spune Bradshaw- "se bucură pentru că se duce acasă. Eu am urât când se termina şcoala, pentru că îmi uram căminul părintesc mai mult decât şcoala. Căminul meu nu era "locul" ocrotit şi sigur, căminul meu era un iad. Cu bătaia mă obişnuisem, nu-mi era frică, ştiam că mai devreme sau mai târziu se



va termina, dar aşteptarea dinainte de ea era de nesuportat. Abuzul asupra sufletului copilului este tot atât de nociv ca şi abuzul asupra fizicului său. "Ambele forme sunt ucigaşe ale sufletului." Apoi Bradshaw a enunțat nevoile sufleteşti şi trupeşti ale copilului, pe a căror satisfacere el le aşteaptă din partea părinților.

1. Să fie respectat ca şi copil.
2. Să îi cunoască nevoile.
3. Să îi respecte sentimentele de copil.
4. Să îi cunoască comportamentul.
5. Să nu încerce să îl formeze după propria lor persoană, căci totul se schimbă, timpul merge înainte nu înapoi.

Dacă copilul trăieşte într-o atmosferă critică, va învăța să condamne. Dacă copilul trăieşte în ruşine, va învăța să se ruşineze.

Cărțile lui Bradshaw şi a restului medicilor şi psihiatrilor alcoolici abstinenți, învățăturile lor ne-au trezit dorința mai sinceră şi mai profundă pentru propria noastră dezvoltare.

Această nouă mişcare socială a adus popularitatea programului în douăsprezece paşi şi a grupurilor de întrajutorare. Ele au apărut cu sutele, tot mai mulți au conştientizat "problema" şi au căutat „rezolvare".

„Când nimic altceva nu mai funcționează" – am auzit nu o dată – "pentru că nu te mai poți baza pe părinți, pe tovarăşul de viață, pe medicul tău, a sosit timpul ca prin programul în douăsprezece paşi să te sprijini pe tine însuți. "

Pentru mine toate acestea au fost noi, această uriaşă „febră de vindecare", chiar şi Los Angeles-ul. Şi nou era şi faptul că nu lucram. La început am mai avut procese de conştiință şi vocea interioară mă convingea că "trebuie să lucrez" căci doar asta am făcut 35 de ani. Am şi încercat şi am început o activitate de amenajări interioare şi afaceri imobiliare, dar le-am abandonat pe amândouă.

Nu mă mai atrăgea decât viața spirituală, sufletească. Tânjeam să învăț ceea ce încă nu ştiu, iar ceea ce ştiu să dau mai departe. Mă interesau doar problemele sufleteşti, viața şi destinul oamenilor căzuți spiritual.

Din ce în ce mai mulți "bebeluşi" californieni se strângeau în jurul meu. În New-York noii veniți se numeau "porumbei", iar în California "bebeluşi". "Bebeluşii" aceştia erau tineri în jurul vârstei de 20 de ani.

Copiii anilor 60 – 70 au evoluat pe scena rock-and-roll-ului, a sexului, a stupefiantelor.

Acum evoluau pe scena programului în 12 paşi... La vârsta maturităţii nu mai căutau drogul ci adevărul.

Tineri neobosiţi, cu un tempo de "vreau să ştiu totul", ni s-au alăturat nouă. Cu ei am ascultat până la sfârşit prima şedinţă ACOA de pe Wilshire Boulevard. ACOA (Adult Children of Alcoolics) reprezintă Copiii Adulţi ai Alcoolicilor. Aici am învăţat ce înseamnă "părinte toxic", şi "familie disfuncţională", a cărei reprezentare este familia alcoolică, familia agresivă fizic şi emoţional, familia superficială sufleteşte, familiile cu bolnavi cronici, familiile cu tulburări alimentare, familiile cu permanenţă obsesie de a munci, familia dependentă de medicamente sau de droguri şi familia care oferă puţin sau nimic din punct de vedere afectiv.

Adulţii Traumatizaţi în Copilărie :

1. provin din familie alcoolică sau disfuncţională
2. se căsătoresc cu parteneri alcoolici de cele mai multe ori
3. sunt suferinzi de alcoolism chiar ei sau se confruntă cu tulburări de alimentaţie
4. oricare combinaţie posibilă între primele trei puncte

Din cele trei puncte, am putut sa mă încadrez în două din ele şi totuşi mi-a fost foarte greu să accept aceste lucruri.

O voce interioară îmi şoptea „tu nu faci parte dintre ei, tu ai avut părinţi foarte buni, au încercat să-ţi ofere tot ce-i mai bun raportat la împrejurările existente în acele timpuri." Şi oricum părinţii mei erau deja morţi şi despre morţi „numai de bine sau deloc"-aşa am învăţat.

Chiar şi în imaginaţia mea mă străduiam să păstrez o foarte frumoasă faţă a mamei.

Care era adevărul? Unde era graniţa imaginaţiei mele? Nietzche spune că amintirea şi mândria se ceartă una cu cealaltă: amintirea constată "acesta a fost adevărul" şi mândria îi răspunde; "nu a putut fi atât de rău" iar atunci amintirea îşi predă imaginea.

Din toate aceste motive mergeam cu hărnicie mai departe la şedinţele Adulţilor Traumatizaţi în Copilărie.



La aceste şedinţe am învăţat că traumele neprelucrate din copilărie le trădăm prin comportamentul nostru: comportament nervos, hrănit cu fricile noastre sau chiar cu actele noastre de furie.

"Dar oricine se teme un pic, este nervos un pic şi furios un pic."- mă tachinam o dată cu ei.

"Ai dreptate" – îmi răspundeau" dacă toate acestea le faci în mod echilibrat atunci chiar nu mai este nici o problemă. "

# ÎNAPOI LA COPILĂRIE

M-am cunoscut mai îndeaproape cu Margot. O cunoscusem până acum doar de la şedinţe. Într-o seară Margot m-a invitat la o cafenea din apropiere, unde am aflat că este psiholog de formaţie, actualmente în pensie. "Da, da" – şi-a început discursul "am tot timpul necesar, pot să-mi dedic ziua-ntreagă şi ştiu cât este de grea noaptea Adulţilor Traumatizaţi în Copilărie. Şi eu provin dintr-o familie disfuncţională şi ştiu cât de grea este vindecarea. Ştii, Kati, de ani de zile ne întâlnim şi la mine acasă de două ori pe săptămână. Vino şi tu printre noi dacă doreşti, te primim din toată inima... Este o echipă mică, intimă, şase-şapte, toţi laolaltă. "

"Eşti chiar foarte drăguţă" – am răspuns – "dar, sincer, n-am reuşit încă să ajung la concluzia dacă am sau nu nevoie de aceste şedinţe. "

"Da" – a răspuns Margo – "sunt atentă la tine de destulă vreme şi am observat că şi aparţii şi nu de acest grup. De aceea este bine că putem sta acum puţin de vorbă. Poate îţi pot fi de ajutor dacă îţi spun că am văzut în tine jocul consimţit al tăgăduirii, prin care am trecut şi eu. Ştiu că nu doreşti să-ţi trădezi părinţii, să-i vinzi, ci doreşti să-i aperi până la ultima suflare, deşi prin copilăria ta rănită ne aparţii şi nouă, Kati. "

"Da, Margo, tu asta nu poţi înţelege" – am spus – "părinţii mei au murit deja. Eu sunt maghiară, şi la noi morţii sunt sfinţi. Pe ei nimic nu mai poate să-i rănească. Şi oricum, în raport cu împrejurările, părinţii mei s-au străduit să-mi ofere cel mai mult posibil. De mulţi ani m-am obişnuit să-mi înlătur orice durere din copilărie. Asta este ceva foarte puternic în mine. Acele lucruri care mi s-au întâmplat în copilărie, s-au sfârşit. Le-am depăşit. "

"Dar asta este problema, că nu au trecut. " – m-a întrerupt Margo – „pentru că, uite, tot timpul le porţi cu tine şi nu îndrăzneşti să le examinezi. "

"Nu vreau să examinez, şi să descopăr nimic" – am spus din ce în ce mai nervoasă.



"Fii un pic atentă la mine, Katy! Ascultă-mă! Este foarte important ce vei descoperi, pentru că de acolo va rezulta cum au fost părinţii tăi. Tot ceea ce simţi acum va fi baza tuturor recunoaşterilor tale, dacă vei reuşi vreodată să treci peste straturile din tine pe care nu vrei să le recunoşti.

Asta nu este salvare la modul tău greşit de a suferi – care este durerea ta – căci şi ei au fost doar oameni.

Tu ai trecut prin atâtea traume pentru că şi ei la rândul lor au fost atât de traumatizaţi. Tu eşti foarte norocoasă pentru că poţi prelucra rănile tale sufleteşti. Ei nu au avut această posibilitate. Dar asta nu va şterge faptul că nu ţi-au oferit ceea ce tu ai avut nevoie. Spui exact ceea ce spuneam şi eu la început: "că părinţii mi-au dat tot ceea ce a depins de ei"; referitor la această logică, nimeni nu te contrazice, exceptând că lasă fără valoare ceea ce nu au înfăptuit cum trebuie.

Cu aşa o concepţie nu ai dreptul să fii tristă sau furioasă, pentru că părinţii tăi au înfăptuit cel mai bine ce au putut. Aşa îţi minimalizezi realitatea şi te devalorizezi pe tine. Eu asta vreau să aud de la tine, chiar dacă nu astăzi, ci mai târziu, faptele din copilărie, ce s-a întâmplat cu tine anume, atunci şi acolo. Vreau să simţi: "ai dreptul să ştii că acea greşeală nu a fost greşeala ta. "

"Dar mă simt vinovată", am răspuns.

„Faptul acesta trebuie să îl accepţi", a spus Margo, "partea aceea în tine, care îţi dictează starea de vinovăţie, se teme de adevăr. Partea aceea nu mai este mama şi tatăl din tine, ci eşti chiar tu. Încet, frumos, dacă vei învăţa mai mult, ai să înţelegi şi tu de ce este important să trecem şi prin acest fel de cunoaştere abstinentă, ultima, dar foarte dureroasă auto-examinare. "

Următoarea întâlnire a avut loc deja în casa minunată a lui Margo, care locuia sus pe munţii Hollywood-ului, în cartierul Bel Air. Seara, când se aprindeau luminile Los Angeles-ului, strălucirea întregului oraş era la picioarele noastre.

În uriaşa cameră de zi a lui Margo, nu era decât lumina lumânărilor. Într-adevăr nu eram decât 6-7 persoane. Nu cunoşteam pe nimeni şi nici pe mine nu mă cunoştea nimeni. Totuşi în atmosferă plutea o linişte şi o pace cunoscută. La şedinţele lui Margo se aplicau mai degrabă metode terapeutice, în locul tradiţiilor de la Adulţii Traumatizaţi în Copilărie. La

fiecare şedinţă citeam la început materialul ales pentru tema întâlnirii. Referitor la această temă, fiecare îşi făcea acasă "lucrarea" şi apoi o prelucram în comun.

De-a lungul câtorva luni am cunoscut deja pe toată lumea. Au ieşit la suprafaţă întâmplările, durerile copilăriei. Prin sinceritatea profundă a celor din jur, am fost ajutată şi eu să-mi analizez în mod onest copilăria.

*Material despre încrederea în sine:*

Încrederea în mine înseamnă că mă încred în propriile mele valori. Încrederea în mine izvorăşte din înţelegere şi acceptare.

Iubirea de mine îmi dă curaj pentru schimbare, alegere în apărarea propriilor mele interese şi propria-mi ocrotire.

Încrederea în sine este o necesitate de bază pentru toţi. Încrederea în sine atrage şi respectarea nevoilor noastre şi pretinderea ca şi ceilalţi să se poarte asemănător.

Din cauza lipsei încrederii în sine, avem nevoie în permanenţă de părerea altora. Dorim să păstrăm imaginea pe care alţii o au despre noi, să corespundem aşteptării celorlalţi! De fapt aşa trăim efectiv viaţa altora şi pierdem legătura cu noi înşine. Pentru ca încrederea în noi să fie profundă, prima şi prima dată trebuie să ne cunoaştem foarte bine.

Am crescut într-o cultură în care foarte mulţi copii – în special cei proveniţi din cămine dureroase – au învăţat deja din copilărie să nu îşi dea nici o importanţă.

În aceste cămine, atenţia copilului, este în permanenţă îndreptată spre "ce se aşteaptă de la el", fără să ştie de fapt "ce se întâmplă cu el". Învaţă că nu este voie să fii mânios, să plângi, să te porţi nerecunoscător, să vorbeşti cu glas tare, să te bucuri prea mult şi nu se poate să râzi prea mult. Cu cât mai serios va fi copilul, cu atât ajunge mai mult sub comanda altora.

Când suntem constrânşi la un anumit fel de comportament, ne îndepărtăm tot mai mult de a realiza cine suntem noi de fapt.

Dacă nu avem propria noastră apreciere, înţelegere a valorii noastre, trebuie să depindem de aprecierea altora, trebuie să ne potrivim voinţei altora. Asta apoi atrage o încordare sporită spre dorinţa lor. M-am purtat bine? Am spus bine? Am arătat aşa cum trebuie? Am oferit destul? Oare chiar pot oferi destul? Oare chiar pot să mă port bine?



Aşa ajungem să depindem de alţii. Şi aşa ajungem într-o serie de dependenţe: dependenţa de comunicare, dependenţa de partener, dependenţa biologică, dependenţa de muncă, dependenţa de reuşită şi apoi ne ajunge din urmă dependenţa de comportamentul nostru autodistructiv.

Dar dacă oamenii reuşesc să depăşească starea scăzută de siguranţă de sine, îndrăznesc deja să stea în faţa oglinzii şi pot să spună: "Hei, draga mea (dragul meu), acum deja eşti pe un drum foarte bun, eşti pe un drum bun de foarte multă vreme". Foarte mulţi oameni nu ajung niciodată la punctul acesta, foarte mulţi oameni ajung în mormânt înainte de a se recunoaşte sau cunoaşte pe sine. La aşa ceva spunem ca a ales "stilul de moarte" în loc de "stilul de viaţă". Şi-a risipit întreaga energie în dependenţa de ceilalţi. Energia pe care putea să o direcţioneze spre familie, pace, dragoste, cunoaşterea de sine. Tot aşa energia este utilă, constructivă când o folosim pentru veselie şi distracţie. Conform specialiştilor, râsul, umorul, buna-dispoziţie, bucuria, sunt unul din elementele de bază a vindecării noastre. Este medicamentul pentru ruşinea, învinovăţirea, durerea noastră înţeleasă.

Pentru o încredere mai puternică în sine este necesar să ne întoarcem la copilăria noastră. Ne întoarcem şi revendicăm copilul pierdut. Revendicăm partea din noi, acel copil firesc, integru pe care încă nimeni şi nimic nu l-a rănit. Copilul traumatizat va deveni un adult rănit. Creşte, devine adult, spiritual şi fizic intră în societate, dar sufleteşte nu se maturizează. Sufleteşte rămâne mutilat. Dar pentru înţelegerea lui nu este suficientă căutarea la întâmplare sau chiar critica vieţii lui. Cu adultul din noi trebuie să ne întoarcem acolo unde prima durere, durerea adevărată (originară), a pornit. Acolo îl descoperim, îl găsim pe copilul pierdut, copilul rănit. El este adevăratul, originarul noi înşine. Asta este acolo unde este încrederea. Trimiterea noastră acolo se realizează pentru că îl cunoaştem, recunoaştem şi îl acceptăm pe acel copil. Trebuie să îi ţinem partea, să îl ajutăm ca să se poată dezvolta, să poată în final să se întâlnească şi să se contopească cu acel adult care trăieşte în corpul nostru.

Scopul principal al întregii mişcări a Adulţilor Traumatizaţi în Copilărie, este de a regăsi copilul pierdut, hrănit cu "nesiguranţa de sine". Aşa îl putem ajuta să se transforme în adult. Partea sănătoasă din noi vede partea aceea din noi care este rănită şi vrea să o vindece. Avem

nevoie să educăm, să creştem în noi valorile pierdute în timpul copilăriei. Curiozitatea, bucuria, încrederea, hrana sufletească continuă, libertatea alegerii, dragostea, iubirea, sentimentul de siguranţă de sine şi speranţa dezvoltă stima de sine. Societatea de astăzi ne cultivă spre reuşitele materiale. Părinţii de astăzi din S. U. A. înlocuiesc stima de sine cu banii, reuşita, munca, cu întreaga existenţă. Aceşti părinţi îşi constrâng copiii la aceleaşi aşteptări. Copilul, de la o vârstă foarte fragedă, încearcă să mulţumească aceste aşteptări ale părinţilor şi aşa se formează o personalitate pe aşteptările celorlalţi. Într-un sfârşit, copilul izbucneşte, termină cu toate acestea, pune capăt acestor aşteptări. Mesajul pe care şi-l transmite este că el şi numai el este acela care nu este destul de valoros. De multe ori, scopul părinţilor este cel mai nobil, dar interpretează greşit străduinţele copiilor, pentru că şi ei au fost greşit înţeleşi.

Într-o familie sănătoasă, se poate vorbi deschis despre sex, corp, despre îmbrăţişarea sănătoasă şi firească, despre atingeri, despre trăirile sufleteşti.

În familiile disfuncţionale, necesităţile sufleteşti nu sunt împlinite, pentru că acolo oamenii nu se simt în siguranţă, nu îndrăznesc să simtă. Contrar, în familia sănătoasă, unde în mod deschis, evident, poţi să te bucuri, sau să te necăjeşti, să vorbeşti despre greşelile tale. Nimeni nu te ia în derâdere, nimeni nu minimalizează durerile copilăriei. În familia disfuncţională, părinţii plantează în copii – în locul sfaturilor din suflet, înţelegătoare, împăciuitoare – să fugă de orice simţ, să se anestezieze cu televizorul, cu mâncarea, cu băutura şi cu munca. Părinţii, nu doar cu cuvintele lor, ci şi cu faptele lor îşi învăţa copiii. De i-aş putea opri pe acei părinţi, dependenţi de muncă, care se supra muncesc ca să asigure o viaţă mai bună familiei lor! Se refugiază în preocupările lor permanente, îşi amorţesc propriile necesităţi sexuale şi sufleteşti, care sunt necesare pentru încrederea de sine. Când copilul acestor părinţi disfuncţionali creşte şi va fi sinucigaş sau în agonie din cauza drogului sau alcoolului, ei se simt înşelaţi, doar ei au făcut totul pentru copilul lor.

Părinţii trebuie să se trezească şi să privească în faţă adevărul: "eu mi-am învăţat copilul să fugă mereu. "

De multe ori, nu lipsa dragostei este cauza cea mai mare, ci lipsa capacităţii de a-şi arăta dragostea.... şi diferenţa dintre ele este enormă.



# DESTINE

*ALISON*: sunt cea mai mare dintre patru fraţi. Amândoi părinţii erau gospodari. Ferma noastră, în tinereţea mea, nu era chiar productivă. Eram destul de săraci. Dar asta era problema cea mai mică . Tatăl meu era cel mai în vârstă dintre 10 fraţi. Tatăl său a fost un om foarte aspru, sever. Tatăl meu şi-a ascuns cu străşnicie orice stare sufletească în faţa noastră. Bunica a crescut-o pe mama sub un control total. Mi-am iubit bunica cu adevărat, dar nu caracterul cu care critica în permanenţă pe cineva. Această parte critică ţinea de caracterul ei dominant. Tatăl meu avea un comportament pasiv, nu putea exterioriza nici un sentiment, nici o afecţiune. Familia era dominată de firea tiranică a mamei. Mama suferea de migrene îngrozitoare, stătea culcată de-a lungul fiecărei sarcini, aşa că de-a lungul copilăriei mele o ştiu bolnavă de cele mai multe ori. Firea pălmuitoare a mamei a învăţat-o sora mea mai mică. Ţin minte când se juca cu păpuşile, le punea la rând în faţa ei şi îi poruncea fiecăruia: "Ţineţi gura", apoi le pălmuia pe rând.

Şi eu sunt bolnavă cu dureri de cap, am migrene permanente, asemănătoare cu ale mamei mele. Când am fost însărcinată cu fetiţa mea, am înţeles de ce ne pălmuia mama în perioadele când era şi ea însărcinată.

În copilăria mea timpurie, în timpul durerilor grave de cap ale mamei, mă ducea întotdeauna în dormitor, pentru că altfel nu putea avea grijă de mine. Lua foarte multe calmante de durere. Şi astăzi le simt mirosul. Camera era plină de mirosul de medicamente. Cred că am petrecut foarte multă vreme de una singură în acele camere. Cred că nici mâncare nu era în mod sistematic. Şi acum sufăr de tulburări de alimentaţie. Multe din ele rezultau din faptul că nu întotdeauna când mi-a fost foame, am primit şi de mâncare. Mânia, otrava pe care am simţit-o ca şi copil, pentru că trebuia să trăiesc în asemenea împrejurări, a avut o influenţă mare asupra vieţii mele. Mesajul pe care l-am primit era că nu trebuie să se ocupe nimeni de mine, pentru că eu nu contez. Şi astăzi mă cuprinde tristeţea când mă gândesc la copilăria mea, mai ales că şi eu am o fetiţă. De multe ori mă cuprinde teama că o voi urma pe mama.

Perioada copilăriei, eu nu pot să mi-o caracterizez nici liberă, nici fericită. Am suferit şi de fobia de şcoală. De multe ori mi se făcea rău în timpul cursurilor, şi atunci întotdeauna cineva mă conducea acasă. În şcoala primară, nu am fost un elev cu rezultate bune. Veşnic visam, n-am înţeles nimic nici din matematică, nici din gramatică. Îmi plăcea să citesc singură. Până în clasa a 6-a am suferit foarte mult, nici profesorii nu m-au iubit. Uneori aruncau în mine cu caietele. Nici despre faptul de a avea prieteni nu îmi aduc aminte nimic. Aşa îmi amintesc eu că în cercul în care se jucau copii, locul meu era pe dinafară. Eu eram copilul de dinafară, a cărui privire dureroasă trăda că nu poate crea legături cu nici o putinţă, deşi tare ar vrea să aparţină cercului. Şi astăzi port cu mine această imagine, şi astăzi aş dori să spun "Vă rog, luaţi-mă şi pe mine printre voi". Dar nu îndrăznesc să spun asta niciodată. Pe când am terminat şcoala, tatăl meu bea din ce în ce mai mult. În acea vreme mergea des la un bărbat de la care voia sa cumpere cai. O întrebam pe mama: "Unde s-a dus tata?" "A plecat în problema cailor", îmi răspundea mama. Eu întrebam uimită: "Atunci unde sunt caii? " Mai târziu am aflat adevărul, ca avea drumuri din ce în ce mai dese la cârciuma din apropiere.

Mama ştia adevărul, dar îl acoperea atât cât putea pe tata. Dar alcoolismul tatălui meu devenea din ce în ce mai evident, din cauza beţiilor lui, aproape în orice împrejurare, ajungeam să mă simt ruşinată şi tulburată.

Când am împlinit 13 ani, în sfârşit aveam şi eu 1-2 prieteni pe care i-am putut invita. Într-una din ocazii, când tata a prezentat beat în faţa prietenilor mei un dans mexican, am văzut pe faţa lor că nu râdeau cu el, ci de el. Sau, tot beat, mi-a pus întrebări cu tentă sexuală de faţă cu prietenii mei. M-a tulburat în aşa hal atunci, că am gonit afară din casă. Îmi era ruşine de comportamentul lui înjositor de beţivan.

În sfârşit m-am mutat de acasă şi m-am înscris la o facultate departe de casă. Ţin minte, eram deja adultă, când am văzut un film despre viaţa unei femei alcoolice. Mi-am promis atunci că eu nu voi bea niciodată. Asta o respect şi în ziua de azi. Dar nu mi-am promis atunci nimic privitor la alimentaţie. Aşa un film n-am văzut niciodată. Folosesc mâncarea, cum foloseşte altul alcoolul. Aceasta este evadarea mea. Mănânc prea mult şi mă gândesc permanent la mâncare. Cu cât promit



mai tare că de mâine ţin regim, cu atât sunt mai grasă. O parte a eului meu ar dori să fie anorexică. Când vomitam mâncarea imediat după ce o mâncam, în perioada facultăţii, am rămas subţire. Mâncarea pot să o controlez cel mai puţin. Mă îngrozesc de corpul meu supraponderal. Îmi tot spun: "Dacă ai fi slabă, toate problemele tale s-ar rezolva." Urmez şi un alt program de 12 paşi, Overeater Anonymous (Grupul Anonim al celor cu Tulburări de Alimentaţie). Ei m-au sfătuit să vin şi printre voi. Ei au spus că până nu înţeleg care este durerea mea "autentică", până atunci mă lupt degeaba cu propriul meu corp.

Cea mai mare perioadă a vieţii mele, mi-am petrecut-o înăbuşindu-mi sentimentele. Ştiu că fiecare sentiment înăbuşit, neînţeles se întoarce împotrivă-mi, într-un mod concret. Dar nu-mi iubesc sentimentele pentru că sunt foarte dureroase. Când simt că vreun sentiment vrea să izbucnească, încep să ronţăi imediat ceva. Morcovul, genul zarzavat nu îmi este suficient în asemenea momente. Poftesc cât mai gras, cât mai dulce, cât mai consistent. Şi o porţie mare de îngheţată mă anesteziază o perioadă. Orice împrejurare de stres ce intervine în viaţa mea, cum a fost naşterea fetiţei mele, un loc de muncă nou, a dus la îngrăşarea mea rapidă.

În afară de asta, am probleme şi de comunicare, în ciuda faptului că am reuşit să mă mărit. Soţul meu este alcoolic, dar slavă Domnului, şi el vine deja la programul în 12 paşi şi este abstinent de o bună perioadă de vreme. Suntem încă nesiguri, unul în sentimentele celuilalt. Totuşi rezistăm unul alături de altul, pentru că sperăm să ne vindecăm împreună.

Am început să merg la psihiatru mai demult, când încă nu ştiam despre programul în 12 paşi, dar spre uriaşa mea surprindere, în timpul tratamentului psihiatric, mă îngrăşam tot mai mult. Într-un scurt timp, am ajuns la o greutate de necrezut. Când am vorbit la grup (tulburări de alimentaţie), despre asta, mi-am dat seama că ceea ce psihiatrul îmi spunea "nu simţi asta", "asta nu aşa ar trebui să o interpretezi", el îmi şoptea aceleaşi lucruri pe care le-am auzit în copilărie de sute de ori de la părinţii mei. De aceea nu am putut slăbi atunci aşa cum pot acuma în cadrul grupului de întrajutorare.

De-a lungul vieții mele, am fost depresivă de multe ori " cred că de aceea, pentru că nu pot să-mi arăt sincer sentimentele. Când sunt furioasă, îmi reprim starea şi apoi devin depresivă şi încep durerile de cap. Şi sentimentele îmi sunt foarte sărăcăcioase. Un pic de bucurie îmi provoacă fetița, care este lumina ochilor mei. Şi la locul de muncă sunt destul de bucuroasă. La suprafață pot corespunde foarte bine. Arăt bine, mă port frumos, îmi cresc copilul, îmi țin casa în ordine şi curățenie. Sunt căsătorită. De din afară totul arată bine. Doar cu sentimentele mele e o problemă. Prietenii mei îmi spun că pot să-mi dau doctoratul în tăinuirea, negarea, minimalizarea sentimentelor mele. Dar şi pentru aceste sentimente începătoare, foarte slabe, sunt recunoscătoare. Ştiu că aceasta va fi o muncă lungă, înceată. Dar cel puțin nu mă mai doare capul.

***LINDA***: Am o fotografie în clasa a cincia, la vârsta de 10 ani. Când privesc această fotografie şi încerc să-mi aduc aminte de cea de atunci, îmi este foarte greu, pentru că încerc din răsputeri să îmi şterg din amintire copilăria. În fotografie, văd un copil obişnuit, dar ochii trădează adevărul. În ochi îi văd durerea, vulnerabilitatea, furia, frica, nesiguranța şi tristețea. Îi văd truda, solitudinea, copilăria pierdută.

Când am văzut filmul "Dr. Jekill & Mr. Hyde", am început să-mi înțeleg tatăl. Schimbarea enormă de personalitate care avea loc cu tatăl meu atunci când bea. Tatăl meu era persoana pe care o iubeam şi o admiram cel mai mult pe lumea aceasta. În tatăl meu, îl iubeam pe Dr. Jekill şi îl uram pe Dr. Hyde. Tata mă iubea foarte mult, lucru pe care îl spunea întotdeauna când mă striga "pisicuța mea". Asta până la vârsta de 31 de ani. Atunci a murit de alcoolism. A fost un om grijuliu, sensibil, inteligent.

Fiind copil, n-am înțeles niciodată de ce tata nu ajungea acasă la vremea cinei. Nici faptul că telefona la servici că nu va merge la muncă pentru că este bolnav. Eu nu-i vedeam boala. Când bea, pe neaşteptate, fără nici o pricină, începea să răcnească. Punea la cale certuri şi scandaluri uriaşe. Când îi povesteam a doua zi dimineața ce a făcut, nu îşi amintea nimic. În clipele acelea, eram speriată că tata minte sau că îşi va pierde mințile.



Când situația a devenit de nesuportat, mama a cerut ajutor. Aşa a ajuns la Al-Anon (Grupul Aparținătorilor Alcoolicilor). Mama a găsit posibilitatea de a-şi salva viața. A început să exerseze principiile Al-Anon-ului (eliberarea cu dragoste şi a compasiunii reale), în timp ce tatăl meu începea să se poarte tot mai sălbatic.

În timp ce mama pornea la şedințele ei din fiecare seară, tatăl meu a început să o suspecteze că fuge după bărbați. Tatăl s-a transformat într-un om foarte hain. Eu am devenit disperată. Mă temeam că îmi voi pierde tatăl, pentru că îşi pierde mințile, iar mama mă va lăsa baltă pentru că deja mă lăsa singură în fiecare seară.

Apoi, dintr-o dată, mi-am luat atâta curaj cât s-o întreb cum este acolo la adunarea unde merge tot timpul. De nu aş fi întrebat! Am auzit de la mama cuvinte ca: "alcoolism", "alcoolic". Şi cuvintele acestea m-au îngrozit cu adevărat. Tatăl meu nu era un vagabond de la marginea drumului care să doarmă lângă birt şi să lingă sticlele până se usucă. Eu credeam că tata are probleme sufleteşti, nu probleme de alcool.

M-am tulburat tare rău atunci, căci aveam doar 10 ani. Eram plină de vinovăție, credeam că eu sunt pricina faptului că părinții mei nu pot trăi în pace şi înțelegere. Într-o seară, mama mi-a propus să merg cu ea. M-a luat de mână şi m-a dus la o şedință Al-Anon.

Camera era plină cu oameni necunoscuți, dar pe când am pornit spre casă, am simțit ca şi cum aş fi cunoscut de multă vreme pe toată lumea. Sentimentul de apartenență era prezent, căci o boală comună ne-a legat unii de alții. Acum, aici printre copii adulți ai alcoolicilor, am început să înțeleg că furia care de ani de zile vine şi pleacă, mă răscoleşte este îndreptățită, dar nu am ştiut că adevărata mea furie porneşte din copilărie. Din acea copilărie de care am fost deposedată.

***JIMMY***: Mama era balerină profesionistă când s-a căsătorit cu tatăl meu. Tatăl meu era un om extrem de chipeş şi de sociabil. Era broker pe Wall Street.

Aerul de bunăstare era trădat prin maşina, şoferul, imaginea de suprafață extrem de elegantă. Mama s-a căsătorit cu el din pur interes. Eu m-am născut în 1929, la 2 luni după crash-ul financiar din Wall Street. Şi tata şi-a schimbat meseria. A început să se ocupe cu vânzări de

utilaje de fabricație. Mama a adorat banii toată viața ei. Toată viața ei a avut doar grija banilor, la fel face și în ziua de astăzi. Toată copilăria am simțit că și eu sunt o povară, deoarece se cheltuie bani și pentru mine.

Orice necaz se întâmpla în casă, mama îl învinovățea pe tata. Și astăzi mă frământă nenumăratele minciuni pe care le spunea despre tata. Tata era un om bun, dar suferind de patima jocului de noroc. Noi trăiam într-o zonă foarte frumoasă, într-o casă dotată cu tot ce era necesar, dar într-o permanentă încordare nervoasă.

Țin minte, o dată când mi-am vizitat un prieten acasă, ce bine m-am simțit la ei. Și astăzi îmi amintesc de dragostea pe care am simțit-o acolo.

Tata a câștigat foarte mulți bani în timpul războiului, cu afacerea cu utilaje de fabricație. Dar mama nu a plecat niciodată în vacanță sau la cumpărături, ca să nu cheltuie bani. Nu avea nici prieteni. Tata era plecat foarte mult timp la New York. Într-un an, noi îl vedeam în total de 4-5 ori. Tatăl tatălui meu paria la curse hipice. Așa, tatăl meu juca cărți. Era un jucător foarte priceput de bridge și poker. Nu prea știam noi unde își petrece tata timpul. Știam că are foarte mulți prieteni – contrar mamei mele – care îl iubeau foarte mult, întrucât devenea popular foarte repede în orice fel de societate.

Doar temperamentul lui nu îl iubeam. Niciodată nu puteam ști când va izbucni într-o criză de furie. Dacă ședeam la cină și cineva din preajma lui rostea ceva ce nu-i convenea, într-o secundă masa își lua zborul sau persoana cea mai apropiata încasa o palmă. Mai târziu, când se liniștea, întotdeauna regreta, ba chiar își cerea și iertare de la persoana pe care o rănise. Nimănui niciodată nu-i povesteam secretele familiei. Nu le discutam nici între noi niciodată, darmite cu persoane străine. Nimeni nu știa ce probleme incredibile erau în familia noastră. Mama și cu tata nu se iubeau unul pe celălalt. De aceea nu ajungea dragoste nici la noi, la copii. Eu și astăzi cred că am ajuns alcoolic și jucător de cărți suferind din lipsă de dragoste. Îmi aduc aminte că în timpul războiului mă temeam de întuneric, de singurătate, în dormitorul meu uriaș. Tata nu prea era acasă, așa că nu mă simțeam deloc în siguranță. La 15 ani, când am băut prima dată, am descoperit ce efect bun avea alcoolul asupra mea: alcoolul îmi rezolva orice problemă.



Îmi dispărea frica, îmi aducea uitarea că nu sunt iubit. Începând din acel moment, nu am mai vrut să trăiesc fără alcool, pentru că aveam nevoie de curaj și siguranța de sine. Eu cred că la vârsta de 16 ani, eram deja alcoolic.

Nu îmi amintesc ca vreodată să fi trăit în pace și prietenie cu părinții mei. De la primul meu cuvânt, totul se înecа în ceartă, ca apoi să mă predau. În toată viața mea, părinții nu mi-au spus o singură dată, nici mie, nici celor 2 frați mai mici ai mei: "Te iubesc, fiule!"

Întrucât mama îl defăima și bârfea pe tata, nici eu nu i-am spus niciodată că îl iubesc. A murit și nu i-am spus vreodată că îl iubesc.

Mama nu știe nimic despre iubire. Fratele meu mai mic s-a bâlbâit de la o vârstă fragedă. Nu mama l-a dus la medic, ci o mătușă. Și bâlbâiala fratelui meu pornea tot dintr-o problemă sufletească.

Pe celălalt frate al meu l-au dat afară de la școală din cauza crizelor de isterie. Și pe el l-a preluat mătușa mea, l-a înscris la o școală nouă, și în scurtă vreme, fratele meu s-a schimbat complet. Diferența era ca între cer și pământ. A început să avanseze la învățătură, crizele de isterie au dispărut. L-au scos din cercul familial "rău" și toate problemele lui au dispărut.

O dată, la școală, mi-am rupt brațul. Abia, abia am îndrăznit să mă duc acasă. Brațul mi-a fost pus în ghips de medicii școlari. Știam că prima problemă a mamei va fi să examineze nota de plată medicală. Și bineînțeles că i s-a părut prea mult. Dar să mă întrebe: "Nu te doare tare, băiatul meu? ", mamei nu i-a trecut prin minte.

Mama s-a împotrivit foarte mult și venirii mele la A.A. pentru dobândirea abstinenței. Eram abstinent de câțiva ani, dar mama formula în fiecare seară întrebarea: "Și în seara asta îți vizitezi prietenii aceia nevrotici? "

Acum 26 de ani, am băut ultima dată alcool, de 15 ani nu am mai pariat pe bani și de 4 ani și jumătate am abandonat concursurile hipice. Recunosc în mine pornirile tatălui meu, frica de nesiguranța mamei mele, dar toate acestea la modul conștient. Noi aici, în ședințele ACOA, încercăm să descoperim împreună de ce nu putem trăi într-un "confort" sufletesc. Poate părinții noștri nu s-au bazat pe faptul că noi copiii nu doar trăim, ci și simțim.

Pe mine m-au jefuit de dreptul de a simți, nu mi-a fost permisă nici o senzație. Așa am ajuns în sticlă, pentru că acolo au fost senzații.

***MIRJAM***: Părinții mei au fost foarte bogați. Am urmat o școală particulară, la care eram dusă cu șoferul. Locuiam în cartierul cel mai elegant al New York-ului. Vacanțele de primăvară călătoream pe insule exotice. La ferma din New Jersey, unde ne petreceam sfârșitul de săptămână mă aștepta propriul cal. Totuși am avut o copilărie foarte dureroasă din cauza alcoolismului părinților mei.

Ambii frați ai mei au avut multe probleme cu școala. Dar fratele cel mai mic lucrează deja la o bancă a tatei. El este lumina ochilor lui, pentru că nu vorbește despre alcoolism.

Mama a fost o femeie splendidă, nu numai în afară, ci și în interior. Și mama provenea dintr-o familie foarte bogată. S-a căsătorit cu tata la vârsta de 20 de ani. Din brațele tatălui ei, în brațele tatălui meu. S-a îndrăgostit de tatăl meu, de firea lui dominatoare. Dar s-a pierdut între timp în ea.

Tata era persoana care lua deciziile în familie, ce hotăra el, aceea trebuia să se întâmple.

Când eram copil și în fiecare după-amiază mă uitam la emisiunea preferată de la televizor, mama se repezea întotdeauna la noi: "Tatăl vostru a sosit acasă. Stingeți televizorul, pieptănați-vă, grăbiți-vă, așa, așa, imediat, acum! ", de parcă ar fi sosit împăratul.

Tata, cu aceeași ceremonie în fiecare seară, cu aceleași trei degete, în același loc, ne ciocănea creștetele. Cu asta, noi eram luați în evidență, rezolvați, puteam urca în camera noastră să învățăm.

Când terminam tema de casă, coboram din nou, ca să le urez noapte bună părinților. Până atunci amândoi erau deja beți. Când soarele apunea, ei răsăreau din sticlă. Pe acești oameni nu îi iubeam. Mă temeam de ei, mă ruşinam de ei, simțeam că nici ei nu mă iubesc. Dacă m-ar fi iubit, nu s-ar fi purtat atât de înfricoșător.

Mama îl amenința cu cuțitul pe tata, în jurul mesei. Pe tata, care era unul din cei mai vestiți finanțiști ai New York-ului. Mama, acum beată, pescuind curaj din sticlă, îl gonea cu cuțitul pe acest om în jurul mesei. Când soarele răsărea, apărea tatăl meu și din nou, îi cunoșteam un alt



chip. Când mă plângeam că în urmă cu o seară m-am speriat când mama l-a gonit cu cuțitul, mă repezea: "Tu asta nu ai putut vedea! Un copil de 7 ani, doar își imaginează așa ceva. Nu vede așa ceva. Ieri seară nu s-a întâmplat nimic, nimic. "

În familia aceea bogată, din care provin eu, banul acoperea totul.

Pe mama am pierdut-o, în parte, atunci când a început să bea. Mai târziu, nu s-a putut înfiripa nici un fel de legătură mamă-fiică între noi. Niciodată nu ne-am cunoscut una pe cealaltă. Pe mine m-a crescut o guvernantă franceză. Atunci credeam că așa este normal. Am urmat o școală la depărtare de casă, părinții nu m-au vizitat niciodată ca pe ceilalți copii. Astăzi deja înțeleg că alcoolul i-a ținut la distanță. Nici cu frații mei nu am legături strânse. Sora mea nu ar trăda nimic. Și fratele mai mic spune așa: "Nu e nici o problemă, nici un necaz cu părinții noștri. " Eu știu că e „necaz", o și spun, așa eu nu sunt acceptată în familie.

Când mergeam deja la facultate, băutul mamei devenise auto-distructiv. Îmi amintesc, când am fost acasă în vacanță, am intrat în camera ei să-i urez noapte bună. Am găsit-o în comă, cu o scrisoare de adio pe noptieră, lângă sticluța goală de medicamente.

Cu cât situația financiară a băncilor tatălui meu se îmbunătățea, cu atât se degradau relațiile de bază ale familiei noastre. Tatăl avea deja și amantă. Mama știa despre asta. Așa cred, deși nu se plângea niciodată.

De atâta băut, mama era deja anchilozată complet. Atunci, în fiecare seară, eu o ajutam să se culce. Când era un pic mai bine, uneori, în timpul zilei, se punea în mașină și pleca. Se întorcea beată întotdeauna. A doua zi dimineața, nega totul: "Nu s-a întamplat nimic. N-am fost nicăieri spunea. " Familia noastră ar merita premiul Nobel pentru interpretare perfectă a jocului de a nu recunoaște.

În acea familie disfuncțională unde am crescut eu, nici părinții mei când au fost copii nu au primit ajutor. Ei, adulți, ne-au dat viață. Dar emoțional n-au fost niciodată adulți. Pe mama au abandonat-o în copilărie, exact așa cum ne-a abandonat și ea pe noi.

Astăzi înțeleg deja că materia primă în fundamentarea unei familii trebuie pregătită cu tot atât de multă grijă ca și atunci când am construi un pod. Dacă este construit din material "artificial", ca și familia noastră, se sparge, se prăbușește.

Asta învăț acum, între voi, procurarea materiei prime. Asta reprezintă ședințele, vindecarea mea. Dacă și eu voi fi mamă, nu vreau să dau mai departe aceste traume copiilor mei.

***ALBERT***: Și eu sunt un adult traumatizat în copilărie. Tatăl meu a fost alcoolic iar mama provenea dintr-o familie de alcoolici. Eu am fost produsul întâmplării, întrucât mama a rămas însărcinată din greșeală.

Copilăria nu mi-o pot descrie deloc normală. Nu cred că este normal să trăiești într-o familie unde prin aer zboară sertarele dulapurilor. Nici faptul că tata, în fiecare după amiază, ne dădea afară pentru că el nu putea să doarmă. Când tata dormea, noi copiii sau vorbeam în șoaptă sau stăteam într-o tăcere mută, ca nu cumva să-l trezim. Nici la cină nu se petrecea nimic neobișnuit, pentru că tata, beat fiind, reda aceeași poveste din nou și din nou, una pe care am ascultat-o de-a lungul anilor de foarte multe ori până la capăt.

După cină, noi copiii îl ajutam pe tata să urce în dormitor. Noi îl culcam pe el în pat și nu el pe noi. Până când el dormea, puteam privi un pic televizorul, dar trebuia sa închidem ușile foarte bine ca nu cumva să se trezească, pentru că atunci ne închidea televizorul imediat.

Noaptea mă trezeam de foarte multe ori. Tata o gonea, răcnind, pe mama din pat și o izgonea să doarmă jos în living. Când în sfârșit era din nou liniște și reușeam să adorm, auzeam din nou răgetele tatălui poruncind ca mama să se întoarcă la locul ei în pat, imediat. Aceste circuri nocturne, aceste porunci sus-jos se întindeau de multe ori până în zori.

De înțeles că mama era de multe ori obosită și nervoasă. Se ostenea să țină familia laolaltă. Poate era mai bine dacă o lăsa să se destrame. Și ea provenea dintr-o familie alcoolică, cu o personalitate cu multe probleme, mai ales datorită lipsei de siguranță de sine.

Îndura cu firea ei de "martir", comportamentul tatălui meu exact cum îndurase în copilărie comportamentul tatălui ei. Tatăl meu era tot timpul plecat, la muncă și la băutură. Nu i-a rămas timp pentru mine niciodată. Nu țin minte să se fi jucat sau să fi învățat cu mine, sau ca vreodată să-mi fi explicat orice. N-am primit de la el, copil fiind, atenție, căldură, dragoste.

Eram foarte sensibil. Casa noastră era renumită prin acea că fiecare evada undeva. Tatăl meu în băutură și muncă, mama în bucătărie, noi



copii în cărțile noastre sau în mutenie. Era necunoscută comunicarea, căldura, râsul. Casa noastră cunoștea doar haosul, înșelăciunea, lacrimile, teama, furia și tristețea atât de cuprinzătoare.

Un cămin nefericit naște copii nefericiți, care devin adulți nefericiți. Eu am fost un copil trist, temător, singuratic. Și ca adult am devenit trist, temător, singuratic

În copilărie nu m-au învățat siguranța de sine, stima de sine, autodisciplina, autocunoașterea, în schimb eu m-am învățat apoi autocompătimirea și autodistrugerea.

La 16 ani am descoperit alcoolul și am băut până când am devenit adult. De fapt și astăzi simt ca atunci, în vremea aceea, alcoolul mi-a salvat viața.

Am învățat să scot din alcool curajul și să-mi procur prieteni cu el. Alcoolul mi-a îndepărtat teama, și mi-a dat curajul să îndrăznesc mai mult.

La 26 de ani, singurul meu prieten, alcoolul, s-a intors împotriva mea și m-am îmbolnăvit mortal – spre norocul meu am primit ajutor și de atunci începând mă vindec în abstinență prin programul de 12 pași.

De multe ori îmi pun întrebarea: " Oare unde ai fi dacă și astăzi ai bea? ". Răspunsul meu este întotdeauna același: " Sau la casa de nebuni, sau la cimitir! "

ODATĂ FIECARE ALCOOLIC VA RENUNȚA LA BĂUT! Norocoși cei care renunță până mai sunt în viață!

Cu câțiva ani înainte am simțit că mi-a mai rămas ceva de terminat în viață. obișnuim să spunem între noi, eu și prietenii mei abstinenți: " Poți să îl faci abstinent pe un hoț de cai bețiv dar tot hoț de cai rămâne. "

Eu n-am fost hoț de cai, dar sunt alcoolic abstinent. A venit vremea când doar abstinența nu mi-a fost îndeajuns. Trecutul meu, copilăria mea m-au constrâns la o examinare mai profundă. Am dorit să învăț ce efecte a avut copilăria mea asupra vieții mele de adult. Cum pot să schimb acele comportări ale mele, din cauza cărora sunt nefericit.

Vin la ședințele ACOA de mai mult de doi ani, șezând laolaltă cu ceilalți participanți, ca într-o familie. A reieșit că nu fiecare provine din familie alcoolică dar că, din cauza neglijării emoționale din copilărie, suferința este comună. Ea ne ține laolaltă. Toți am venit din familii disfuncționale, fără să avem părinți cu adevărat asemănători. La fel cu a

celorlalți dintre noi, copilăria mea desfigurată a avut efecte adânci în viața mea de adult.

Luând în considerare că eu nu am fost învățat niciodată că sunt bun şi demn de iubire, am aşteptat tot timpul să aud asta de la alții.

Am încercat să câştig aprecierea tuturor. Am vrut să mă asigur în permanență că sunt acceptat. Dacă oamenii nu m-au iubit, eu am încercat cu încrâncenare să-i manipulez în continuare, să-i domin, până am obținut rezultatul dorit de mine.

Am devenit o persoană dependentă de alții. De cele mai multe ori am aşteptat de la alții să mă facă fericiți, să se preocupe de mine şi să-mi rezolve problemele.

M-am îndreptat spre acei oameni care erau şi ei bolnavi emoționali. Am legat foarte multe prietenii cu femei şi bărbați, dar toate au fost condamnate la eşec încă din faza de îmbobocire.

Izolarea, sentimentul de vinovăție, sensibilitatea exagerată, reactivitatea exagerată, firea mea exagerat de serioasă, înclinată spre încordare, „ drama", mi-a provocat foarte multe necazuri, începând din copilărie.

Bineînțeles că următoarea cauză pentru toate acestea este alcoolismul meu, dar de la părinții mei am preluat exemplele desfigurate de "mod de viață. "

Cei care cresc în cămine care funcționează rău, sunt mai mult sau mai puțin, asemănători. Copilul este dornic de dragoste şi mama trebuie să simtă asta. Fiecare copil are dreptul la dragoste din momentul naşterii sale.

Într-un cămin sănătos, lângă părinți sănătoşi, copilul învăța să se simtă sigur. El învăța că este important, că este demn de dragoste şi că este iubit. Mesajul este: "Eşti demn de dragoste, te iubesc. "

Adultul traumatizat în copilărie nu învață niciodată să se iubească pe sine şi pe măsură ce se dezvoltă devine confuz, lipsit de speranță şi disperat. Nu primeşte mesaje "pozitive" în copilărie şi apoi o viață întreagă caută asigurarea că are dreptul să trăiască, că poate fi iubit.

Adultul plăteşte un preț îngrozitor pentru lipsa căldurii, dragostei, interesului în copilărie. Noi ne prostituăm nevoile, visele. Foamea noastră de dragoste este motivația că rămânem în acele relații unde ceilalți se poartă la fel cu noi, ne rănesc la fel cum eram răniți în copilărie.



Noi ne dăm averea, corpul, sufletul, ca să ne simțim un pic mai bine. Suntem capabili să atingem gradul cel mai înalt al reuşitei doar pentru a primi recunoaştere.

Încercăm să ne vindecam însingurarea sufletului cu alcool sau drog şi de multe ori, în noaptea mută, strigăm: " Lasă, Doamne, să mor, să se termine durerea pe care inima mea însingurată nu o mai poate suporta. "

Adultul traumatizat în copilărie astăzi are deja posibilități: sau suferă mai departe, sau face ceva împotriva ei. Învață ca să devină propriul lui părinte şi să recupereze copilăria pierdută. TREBUIE să învețe asta.

Asta este ceea ce astăzi se întâmplă în toată țara. Tot mai mulți se identifică cu problemele, recunosc cât de nesănătoasă este viața lor sufletească . ACOA are astăzi sute de mii de grupuri de întrajutorare în SUA. Reuşita lor este reflectată prin înmulțirea lor.

* * *

***KATI***: Soarta mea este foarte asemănătoare cu a celorlalți. Şi eu fac parte din rândul Adulților Traumatizați în Copilărie. Traumatizată sufleteşte. Orfană afectiv. Astăzi simt deja sincer, că cercul, cercul vindecător al durerii, doar aşa se poate închide dacă îmi scot la iveală copilăria.

A trebuit să mă adaptez într-o familie unde tatăl meu a confundat severitatea cu sadismul, sau s-a refugiat de familie în muncă sau în cărți. Teama, evadarea sau frustrările sunt sentimentele cele mai puternice pe care mi le-a adus la cunoştință în copilărie. Mama, din fața responsabilităților materne, s-a refugiat la vecini sau prieteni.

Cele cinci căi de percepere a libertății:

- a vedea, a auzi
- a gândi liber asupra a ce doresc eu
- a simți ce vreau eu
- a alege ce vreau eu
- a mă imagina liberă

Nu le-am putut cunoaşte nici eu în copilărie. Şi la mine, măsurile interioare au fost : "trebuie" şi "neapărat" şi acestea au cauzat dezbinarea, înstrăinarea de mine.

Îmi amintesc lungi seri de iarnă, din copilăria mea, când tata citea în cameră. În asemenea cazuri noi, copii, "trebuia" să stăm nemişcați şi

muți, altfel primeam bătaie. În stările de frică pe care le simțeam doar gândul evadării aducea alinare și consolare.

Țin minte cât de împovărătoare i-a fost mamei nevoia mea de dragoste. "Nu-mi fi povară! ", "nu fi așa! " "nu fi altfel", am auzit încontinuu de la ea. Brațul meu care voia să o îmbrățișeze era veșnic îndepărtat de către ea. Aceste îndepărtări au fost cauza primelor mele conflicte interioare. Mai târziu am îndrăznit să o iubesc doar pe jumătate, pentru că sentimentele mele s-au despicat în două în rușinea respingerii. Mi-am negat valoarea și m-am ascuns în spatele măștilor protectoare. Așa între mama și mine nu s-a putut forma niciodată o relație sănătoasă. Măștile mele protectoare m-au condus la dezordinea voinței mele și așa confuză. "Rușinea otrăvitoare" a voinței mele confuze a devenit trufașă și și-a dat importanță. S-a îngropat în ascunzișul apărării și acolo a devenit nerușinată. Defectele mele le-a mascat cu o paradă perfectă, cu critica și dominarea celorlalți. Mai apoi cu munca în exces, goana după succes. La sfârșit cu alcoolul.

Pentru păcălirea propriilor dureri, în final, nu a mai folosit nici alcoolul. A trebuit să mă privesc în față. Minunea s-a întâmplat. M-am limpezit. Am devenit abstinentă. Am intrat în A.A. Acolo am găsit aceea înțelegere pe care am căutat-o toată viața. Acolo am învățat că din cauza lipsei de stimă de sine sufăr de dependențe bolnăvicioase.

Mai târziu am învățat și că esența bolii mele sufletești nu este alta decât că mi-am negat valoarea. Deci doar atunci pot fi sănătoasă mental, dacă în orice situație – chiar cu orice preț – am să accept acea valoare pe care o am.

În anii mei de abstinență a ieșit la iveală și faptul că în relațiile mele îmi asum rolul de "martir", de "victimă". Din cauza lipsei respectului de sine, chiar și inconștient, întotdeauna am oferit mai mult pentru a obține dragostea și acceptarea celorlalți.

Deja abstinentă, mulți ani am avut o legătură cu un bărbat divorțat. Avea cinci copii. Așa am căzut din nou în "groapă", unde am putut juca rolul mamei grijulii, persoana de neînlocuit care rezolvă problemele, soluționează totul imediat.

"Groapa", acea anume "groapă". Uneori mai cad în ea și astăzi. Sunt om, nu voi fi perfectă niciodată. Dar astăzi mi-e soarta mai ușoară,



pentru că știu, eu sunt răspunzătoare. Pașii care nu sunt perfecți, mi-i iert. Așa cum îi iert și pe ai părinților mei. Îi primesc, accept cu dragoste. Le mulțumesc pentru tot binele pe care l-am moștenit de la ei, dar și greul, răul. Le sunt recunoscătoare că au avut încredere în mine. Poate au știut că drumul acesta doar eu îl pot străbate până la sfârșit.

În numărul din septembrie 1991 a New York Magazin a apărut articolul cu titlul "FEBRA VINDECĂRII", unde Melinda Blan enumera cele mai vechi și mai populare programe ANONYMOUS (anonime), de la data înființării lor. Programele în 12 pași au adus asemenea minuni că uneori erau amintite și ca MESSIAS ANONYMOUS.

1953 – Alcoholics Anonymous: alcoolicii anonimi.
1951 – Al–Anon: familia, aparținătorii alcoolicilor.
1953 – Narcotics Anonymous: dependența de drog.
1957 – Alateen: de la 12 – 18 ani; copii ai alcoolicilor.
1957 – Gamblers Anonymous: dependența de jocuri de noroc.
1960 – Overeaters Anonymous: tulburări de alimentație.
1967 – Nar-Anon Anonymous: familia, prietenii consumatorilor de droguri.
1970 – Emotion Anonymous: probleme emoționale.
1971 – Emotional Health Anonymous: probleme sufletești.
1976 – Debtors Anonymous: persoane care sunt dependente de datorii pe cărțile de credit.
1976 – Augustine Fellowship Sex and Love Addicts Anonymous: dependenții de sex și relații afective
1977 – Sex Addict Anonymous: obsesii sexuale.
1978 – Drug Anonymous:dependenții de medicamente.
1979 – Pills Addict Anonymous:dependenții de tablete (medicamente).
1980 – Incest Survivors Anonymous: persoane ce au fost victimele unor relații incestuoase în copilărie
1984 – Adult Children of Alcoholics: copii adulți ai alcooloicilor.
1985 – Nicotine Anonymous: cei dornici să renunțe la fumat.
1986 – Co-Dependent Anonymous: CODA; adulții din familii disfuncționale (cu probleme de relaționare).

# 15 ANI DE ABSTINENȚĂ – BUDAPESTA

Grupurile Alcoolicilor Anonimi sunt active şi în Ungaria. Printre ele mă simt acasă. Funcționează, trăiesc, se înmulțesc exact la fel ca şi restul grupurilor A.A. din lume.

Şi grupurile Maghiare ale Alcoolicilor Anonimi îşi scriu, cu siguranță, istoria proprie. Şi ei îşi vor transmite mesajul, speranța, puterea celor care există şi suferă încă afară, dar doresc să se vindece.

Va fi o faptă foarte necesară, căci conform statisticii, alcoolismul a atins cote înalte. La început este vorba de o trăire plăcută, amețitoare. Mai târziu, când din cauza băuturii se întâmplă şi accidente, se înfrumusețează starea de fapt; nu se mai poate deosebi răul de bine. Oamenii dorm neliniştiți, nervoşi, nemulțumiți, beau puțin pentru ca viața lor să devină suportabilă. Pare un lucru atât de nevinovat. Doar toată lumea bea! Nici nu bagă de seamă când dorul de evadare naşte un dor nou de evadare.

Este nevoie să rostim cu voce tare: alcoolismul este o boală mortală. Rafinat, răbdător, amăgitor. Credincioşilor săi le face credibil orice vor să creadă. Alcoolismul este în acelaşi timp cea mai ieftină, şi totuşi cea mai scumpă modalitate de evadare. Țelul final al alcoolicului este să-şi pună la podea credincioşii, să demoleze omul, simultan, din punct de vedere fizic, sufletesc, spiritual, material.

Alcoolismul nu duce la sfârşit o muncă doar pe jumătate.

Dar băutul se poate opri. Se poate abandona. Nu trebuie să mori, să înnebuneşti în boală. În final, orice alcoolic abandonează băutul!!!

Norocoşii, aceia care o fac când sunt în viață. Pun jos băutura şi devin abstinenți. Şi rămân abstinenți. Dar "Viața Abstinentă" e mai mult decât abstinența în sine. Această diferență e necesară pentru succesul vindecării noastre. Abstinența este baza pentru viața noastră în abstinență, pentru că oferă evoluție şi fericire personală.

"Viața Abstinentă" izvorăşte din filozofia celor 12 paşi şi celor 12 tradiții cu care faci cunoştință la şedințele A.A.



A.A.-ul ştie cum să ne țină abstinenți până la sfârşitul vieții. "Viața Abstinentă" cunoscută prin A.A. este un drum nou şi sănătos pentru viața noastră. În orice caz, A.A.-ul trezeşte în noi bunătatea, dragostea şi pacea. În climatul dragostei simțim ataşamentul nostru sincer unul față de celălalt, serviabilitatea noastră sinceră. A.A.-ul este informare şi nu reformare. A.A.-ul ne indică sistematic ce avem de făcut pentru o viață reuşită.

A.A. este un mod de a învăța optimismul. Asta este mai mult decât abstinență. "Viața Abstinentă" este programul care se adaptează fiecăruia. Nu există doi oameni la fel. Nu există doi oameni care să poată exersa la fel "Viața Abstinentă". Fiecare hotărăşte de unul singur, ce înseamnă, pentru el personal, "Viața Abstinentă". Întrebarea este, de ce anume avem nevoie ca dimensiunea vieții noastre să se îmbunătățească, să devină mai frumoasă, mai sinceră, mai cuprinzătoare. Asta trebuie să învățăm!

Şi eu am învățat-o. Dezvelirea lanțurilor întunecate ale trecutului meu a fost cel mai important. Nu pot să fiu "iluminat" dacă doar îmi imaginez lumina, ci doar dacă conştientizez ceea ce n-am înțeles înainte.

Alcoolul a reuşit să-mi falsifice şi mai mult viața mea falsă. Am trăit sub influența alcoolului, în întuneric.

Apăsarea singurătății mele, sarcina autoacuzării mele, negarea, nerecunoaşterea, fricile mele, durerile mele au pretins din nou mai mult alcool.

Şi astăzi aşa cred că dacă boala nu s-ar numi alcoolism, ci exces de fluide, mi-aş fi confruntat boala mai devreme.

Alcoolismul este un cuvânt urât, sperie pe toată lumea, ne temem de el. Este secret, tabu, trebuie tăinuit. Poate că nu se prind!

De ce m-am temut cel mai mult? Că am să mă prind eu. Dar acesta era primul pas pentru vindecarea mea. Astăzi am făcut deja pace cu cuvântul, astăzi nu îmi mai este ruşine, pentru că nu sunt singură. Şi astăzi, comoara mea cea mai mare este abstinența mea. Acum 15 ani, am recunoscut că sunt fără de putere în fața alcoolului, acesta a fost primul meu pas. Doar şi ca să străbați o mie de mile, trebuie să începi cu primul pas.

Prețuiesc foarte mult drumul lung, dureros, dar reuşit pe care l-am străbătut. Am atins ceea ce am tânjit întotdeauna, să îmi pun viața pe "etajera înțelegerii".

Mă simt învingătoare pentru că defectele mele de caracter de atunci – recunoaşterea lor cu însuşirea criticii, au dus la transformarea lor în puterea mea. Astăzi ştiu deja că pentru mine, drumul poate fi doar adevărul, bunătatea şi iubirea. Viaţa mea exterioară, la vedere, doar atunci este armonioasă, dacă îmi cunosc sentimentele interioare. Ştiu că fericirea mea şi cunoaşterea de sine sunt inseparabile. Am învăţat că adevărata mea fericire nu este în evadare, într-o căutare fără limite, ci în bucuriile simple ale vieţii, în relaţiile umane intime, iubirea reciprocă, ajutorul reciproc până la sacrificiu.

Acesta este "story-ul" meu.

* * *

Cu mulţi, mulţi ani în urmă, între triburile indiene Sioux, s-a răspândit o mare frică. Căpetenia triburilor nu a ştiut ce să se facă. S-a dus la bătrânul şaman înţelept să-i ceară sfatul. Dar nici înţeleptul saman nu a ştiut cum să-i ajute. A hotărât să plece cu trei ajutoare să caute Spiritul Nemuritor, şi să-i ceară ajutorul. La drumul cel lung au plecat patru. Când au ajuns la capătul pădurii, cele trei ajutoare au rămas în urmă. Uimiţi, au văzut cum şamanul înţelept cade în transă. Când s-a trezit, le-a spus că Spiritul Nemuritor i-a vorbit şi i-a făcut cunoscut: „În locul acesta să vă rugaţi pentru oameni, să dansaţi dansul, să cântaţi cântecul. Şi oamenii vor fi salvaţi. " Aşa au făcut şi oamenii s-au salvat.

Ani mai târziu, şamanul înţelept a murit. Mai trăiau doar cele trei ajutoare. În sânul triburilor, s-a instaurat din nou frica. Când s-au dus la unul din ajutoare să-i ceară sfatul, acesta a spus: „Nu îmi mai amintesc locul, dar îmi amintesc dansul şi cântecul. "

Aşa au dansat dansul, au cântat cântecul şi oamenii s-au salvat.

După ani, când din nou pericolul ameninţa triburile, s-au dus după sfat la al doilea ajutor, care le-a spus: "Nu-mi amintesc locul, nu-mi amintesc dansul, dar îmi amintesc cântecul."

Aşa au cântat cântecul, şi oamenii au fost salvaţi.

A sosit şi o ultimă dată când triburile au intrat iarăşi la necaz. Mai trăia doar un singur ajutor, şi el era foarte bătrân, memoria îl lăsase. Când oamenii s-au întors spre el după ajutor, le-a spus : "Nu îmi mai aduc aminte de loc, de dans, de cântec, dar îmi aduc aminte întâmplarea."

Aşa au istorisit întâmplarea şi oamenii s-au salvat pentru întotdeauna.



În America şi în statele din Occident, apar deja în masă cărţi despre alcoolism. Citesc câteva rânduri din acestea:

**Citat din cartea dr. D. Talbott:**

***Cine devine alcoolic?***

"Există paznic de noapte, star rock, casnică, milionar, ziarist, funcţionar de bancă, student, profesor, secretar, fotbalist, preot, călugăriţă, topmodel, taximetrist, muncitor în fabrică, om de afaceri, actor, medic, infirmieră, patron, şi tot aşa mai departe, alcoolic. Dintre toţi alcoolicii, doar trei la sută sunt aceia care ajung în stradă.

Toţi ştiu cât de mult poate afecta un alcoolic viaţa celor existenţi în jurul lui. Pentru că au băut prea mult cu o seară înainte, alcoolicii se contrazic, se ceartă, au ruperi de film. Sunt lipsiţi de responsabilitate, nu te poţi bizui pe ei. Prietenii lor, familiile lor, se îngrozesc din cauza băutului lor.

În adâncul lui, alcoolicul se teme de lume. Trăirea sentimentului de "nu aparţin nicăieri" îi amplifică solitudinea. Alcoolicul este un stânjenit, un retras, care îşi caută în alcool siguranţa de sine. După ce bea, este cotropit de vinovăţie şi ruşine. Este supărat şi poartă pică asupra acelora care îndrăznesc să vorbească despre băut. Din cauza mahmurelii, se mişcă într-un tempo înjumătăţit, iar ceilalţi trebuie să păşească în jurul lor ca pe coji de ouă. Nu e lege, dar fiecare alcoolic este un caz particular.

La începutul băutului, alcoolicul bea ca să se simtă mai bine. Alcoolicul iubeşte ceea ce face băutura cu el. De multe ori, îi urăşte gustul, dar îi adoră efectul. Alcoolul îi ridică stavilele, îi rezolvă problemele sau îl ajută să se acomodeze. Alcoolul îi sfârşeşte munca.

Alcoolul este un fel de medicament. Totuşi, asta nu putem s-o interpretăm la modul propriu-zis. Dacă vrem să înţelegem alcoolismul,

este esențial să înțelegem că milioane de americani sunt credincioși acestei suferințe, medicamentului alcool. Și asta le distruge viața și viața acelora care trăiesc în preajma lor.

Nimeni nu se trezește, așa, într-o dimineață și ia hotărârea să devină alcoolic. Evoluția este înceată, și poate dura și ani de zile. Poate să contribuie și înclinarea genetică, moștenirea de familie, dar și individualitatea, mediul social înconjurător, și bineînțeles consumul de alcool. Băutorul normal, bea un pahar, uneori două sau chiar mai multe, dar merge mai departe, își termină lucrul, se bucură de viața lui și a altora. Alcoolicul alege drumul solitar și, cu masca de eter pusă la gură, îndepărtează pe oricine de la el.

Formula chimică a alcoolului C2H5OH conține o substanță eterică cu efect calmant, hipnotic.

Creierul nu are habar de la ce anume este amețit, de la alcool sau de la orice altă substanță calmantă sau hipnotică. Creierul primește același mesaj de la somnifere, calmante ca și de la alcool.

Dacă din oricare alcool – vin, bere, rachiu, votcă, etc. – îndepărtăm culoarea, gustul, în pahar rămâne doar eterul. Corpul, creierul nu are cunoștință de faptul că inhalează eter de pe o mască pusă pe față într-o sală de operații sau afară pe un teren de fotbal unde bea bere. Mesajul chimic pe care îl primește corpul și creierul este același.

Alcoolicul este aceea persoană care folosește alcool în mod obsesiv, alcool care îi distruge viața. Simptoamele datorate consumului obsesiv de alcool sunt modificarea nivelului de toleranță la alcool, tulburări de memorie, fenomene de sevraj la întreruperea consumului.

Consecințe finale ale alcoolismului sunt închisoarea, spitalul, cimitirul. Alcoolismul este o boală tot atât de gravă și evolutivă ca și diabetul sau tuberculoza pulmonară. Secvențele alcoolismului sunt: a) consum ; b) abuz ; c) trecerea liniei invizibile de demarcație între a și b ; d) constituirea bolii.

Boala se evidențiază prin constrângerea pe care bolnavul o simte de a bea, chiar dacă își distruge viața.

Nu poți deveni alcoolic de pe o zi pe alta, așa cum nu poți dobândi o boală cronică de la o zi la alta. Nici bolnavul reumatic, chiar dacă are dureri, nu este așezat din prima zi în căruciorul de invalid.



Alcoolismul este semnalizat de pierderea controlului de a bea.

Tinerii se distrează, se duc la petreceri și își fac un program pentru ziua următoare. A doua zi descoperă că aseară au băut mult mai mult decât și-ar fi dorit pentru că nu pot nici măcar să se urnească din loc.

Deci aceasta este prima ocazie în care își planifică: "astăzi n-am să mai beau atât de mult, pentru că altfel n-am să pot sa mă duc la cinematograf mâine". Încearcă să-și controleze viitorul, dar nu prea le reușește. Apoi continuă în felul următor: "astăzi n-am să beau votcă, doar bere" dar nici manevra aceasta nu dă prea multe rezultate. Aici începe minciuna motivată de băutură. La început se mint pe ei, apoi îi mint pe ceilalți. Tot atunci începe și sentimentul de rușine, autoînvinovățirea, tăinuirea băutului.

Negarea situației în sine aduce minciuna, rușinea, mușamalizarea a cât beau de fapt. Aici se simt deja într-adevăr vinovați pentru băutul lor. Aceasta e continuarea a ceea ce a început în urmă cu luni, ani de zile. Alcoolicul este deja dominat de izolare, pierderea stimei de sine, devalorizare. Trece prin foarte multe dureri fizice, atunci când beat sau mahmur cade, își rupe mâini, picioare, dar durerea fizică nu poate fi comparată cu durerea sufletească atotpustiitoare cauzată de respingere, solitudine și lipsa stimei de sine. Suferința devine evidentă în punctul acesta, pentru că agresează viața individului. Începe să-i atace și familia. Exact ca și cancerul și boala cardiacă – cei doi ucigași principali ai omenirii – ei atacă întreaga familie. Încă nu am văzut un alcoolic care să nu aibe bolnavi, soția și copilul, când ei există. Și pe măsură ce boala se agravează, apar și ruperile de film, pierderile de memorie, amnezii grave. Toate acestea influențează grav și copiii, soția, soțul.

Apoi se simte consecința bolii asupra muncii alcoolicului.

Lipsește periodic de la lucru.

Dacă lucrează, randamentul nu mai este cel ce a fost odată. Apar accidentele de muncă.

Nu mai poate îndeplini ceea ce se așteaptă de la el.

Poate fi disponibilizat.

Asta numesc eu sindromul-țintă.

Arată-mi un alcoolic și eu am să-ți arăt un om care suferă de sindromul-țintă. Să luăm ca exemplu straturile cepei. Să începem să

cojim la fel straturile alcoolicului. Prima dată încetează orice activitate legată de credință într-o Putere Superioară, apoi încetează preocuparea socială, apoi activitățile ce țin de prietenii lui, hobyy-urile și preocupările din timpul liber, și iată că ajungem la munca lui și familia lui. Dezgolit de toate acestea rămâne deodată alcoolicul totalmente singur. Decojește de pe el orice persoană, ca pe foile de ceapă, rămâne desfăcut de orice relație umană, golit complet. Alcoolicul nu își recunoaște boala, continuă băutul și urmează șirul de consecințe enumerate. Negarea este altceva decât minciuna. Negarea este autopăcălire cu bună-știință, care este întreținută și stimulată de lipsa stimei de sine.

Alcoolicul nu poate să-și vadă propria boală, până când nu apar semnele de recunoaștere și admitere. Cu cât bea mai vârtos cu atât mai mare este negarea. Revendicarea, de către organism, a băuturii combinată cu negarea îl mențin în centrul sindromului țintă.

Alcoolicii îi gonesc pe cei din jurul lor cu comportamentul dur, uneori grosolan. Oamenii se tem în preajma lor, așa că izolarea urmează în mod firesc.

Solitudinea este boala alcoolicilor. Până când nu reușim să scoatem alcoolicul din sindromul țintă, vindecarea lui nu poate să înceapă, nu este posibilă reinserția lui.

Pentru restabilirea alcoolicului nu este îndeajuns îndepărtarea băuturii, respectiv a "drogului'.

Dar cu asta trebuie început. Ie luăm alcoolul, medicamentul, și îl conducem la ieșirea din sindromul-țintă. Astăzi nu mai este un secret, că secțiile de dezintoxicare în sine nu mai sunt de ajuns în vindecarea alcoolicului. Ele sunt puncte terapeutice cu rol important în curele de dezintoxicare în ajutorul medicilor, a terapeuților. Dar terapia cea mai reușită, cea mai bună a început-o acum 55 de ani un medic și un agent de bursă, cu doi alcoolici, Bill și Bob. Alcoolicii Anonimi, prescurtat A.A., funcționează în toată lumea. Întemeietorii A.A. au pus bazele și au formulat cei 12 pași care reprezintă harta abstinenței. Așa o direcționare dă această hartă, care permite alcoolicului să se urnească din sindromul-țintă.



Reunit cu semenii săi, poate învăța să trăiască abstinent, fără alcool și fără medicamente. Consider aproape imposibilă vindecarea fără cei 12 pași ai A.A.-ului. Ce înseamnă vindecarea, ridicarea din suferința alcoolică și medicamentoasă? Sinceritate, dragoste și împărtășire.

Cei care doresc să se vindece, să se reinstruiască sufletește, spiritual și fizic, învață în A.A. o încredere mai sinceră, credință, găsesc ceea ce au pierdut – chiar și în propria lor direcție. Își împart împreună puterea, bucuriile, grijile și învață din nou să iubească într-o manieră mai sănătoasă. Acestea îi îndepărtează din dependența chimică, pentru că importanța responsabilității față de propria persoană îi umple de putere. "

**Un abstinent de șase ani scrie:**

Noi ne-am recunoscut alcoolismul și am făcut ceva. Am făcut și astăzi trăim mai fericiți ca oricând.

STIGMA de alcoolism, alcoolic încă există.

Indiferent de ceea ce spune America, adevărul este că majoritatea societății știe încă foarte puține despre alcoolic.... despre suferința lui.

Pentru că alcoolismul este un cuvânt greșit înțeles, o temă tabu care este măturată repede sub covor. Că alcoolismul este o boală și că atinge 1/3 din populația existentă este secretul național al Americii.

Alcoolicii sunt leproșii vremurilor moderne.... cei care trăiesc în căminele de alcoolici sunt considerați suferinzi.

Alcoolicul este alergic la alcool. Din această cauză nu poate bea, dar el nu știe asta. O singură băutură trezește în el foamea biologică după celelalte băuturi. Nimeni nu este atât de tulburat cu băutul, ca și alcoolicul, care intră în fiecare marți într-o cârciuma ca să bea una-două băuturi și apoi într-o seară, pe neașteptate, bea în aceeași cârciumă zece băuturi, iar apoi se împotmolește în consecințele aducătoare de necaz.

Alcoolicul nu este un om rău, ci un om bolnav. Suferința lui crâncenă autodistructivă este foarte greu de înțeles pentru cei din afară. Alcoolicii,

din cauza negării, nu văd că alcoolul este cauza tuturor necazurilor lor şi a existenţei lor dureroase.

Alcoolicii nu sunt oameni slabi, băutul lor nu are nici o legătură cu voinţa lor, căci alcoolicul se poate opri din băut (şi noi am încercat treaba asta de multe ori din nou şi din nou), dar mai devreme sau mai târziu continuă băutul. Cel mai greu de urmat este abstinenţa.

Am lăsat băutul de foarte multe ori pentru o săptămâna, luni de zile, ba chiar şi pentru nişte ani – dar într-o clipă de uşurinţă totuşi ne convingem „doar o băutură" şi această singură băutură este îndeajuns ca cercul infernal să reînceapă. O singură băutură readuce organismul la obsesie.

Cei care trăiesc împreună cu alcoolicii ştiu cât este de zadarnic să îi rogi să se abţină de la băutură. Este aşa ca şi când i-ai pretinde fiicei "să rămână doar un pic gravidă". Şi alcoolicul încearcă de adevăratelea, cu sinceritate, însă situaţia trebuie să continuie, pentru că el bea din nou şi din nou, până la beţie totală.

Cei mai mulţi alcoolici nu ştiu să renunţe singuri la băutură. În perioada în care băutorul se constituie alcoolic, nu mai vede ce face alcoolul din el. Orice altceva constituie o problemă. Serviciul, soţia, soţul, şeful, viaţa din jurul lui constituie PROBLEMĂ. Alcoolul rămâne un punct mort, chiar dacă provoacă dureri sufleteşti, fizice, spirituale şi materiale. Aici, alcoolul îşi termină munca, îndepărtează adevărul şi acest lucru, alcoolicul nu îl mai ştie, sau nu îndrăzneşte să-l vadă.

Acum am să povestesc cum a început şi ce s-a întâmplat cu mine.

Sunt Petre, alcoolic. Tata a fost jurist de meserie, judecător şi a ajutat foarte mulţi oameni. A fost alcoolic. Am locuit lângă New York, într-un orăşel, aşa încât a fost destul de greu de ţinut secret starea de tensiune, zarvă neîcetată pe care o pricinuieşte un alcoolic. Dacă seara tatăl meu a băut prea mult, mama, ca şi pedeapsă, l-a încuiat pe dinafară, şi doar după multă milogeală şi promisiuni îl primea înăuntru. Tata nu era om rău, dar dacă era băut, pricinuia multă durere. Împreună cu mama şi cu cei doi fraţi ai mei, am dus o viaţă foarte agitată. Şi eu am amintirile dureroase ale copilăriei, ştiu ce înseamnă să creşti într-un cămin alcoolic. Îmi aduc aminte când am avut 16 ani, cu permisul de conducere nou obţinut, l-am rugat pe tata să-mi împrumute maşina pentru o seară. Era treaz şi a spus da. Eu îmi dădusem întâlnire cu nişte prieteni. Când



după cină am vrut să o iau din loc, nu mi-a mai dat drumul. Era deja beat. Aşa o furie ucigaşă m-a apucat, că i-am luat ceasul de mână şi l-am strivit în picioare.

Îmi mai aduc aminte de o promisiune de a lui, că nu va bea în timpul postului pascal... în după amiaza zilei de Paşti, era beat turtă.

Nu este important motivul pentru care am început eu să beau. La şcoală, la facultate, în jurul meu toţi au băut. Firesc, amintirile din căminul meu alcoolic m-au făcut să cred că eu n-am să beau niciodată aşa cum a băut tata, dar totuşi am devenit alcoolic. Din cauza firii mele neliniştite, eram fără nici o cauză, veşnic agitat. N-am simţit că aparţin de undeva şi în mulţime mă simţeam veşnic însingurat. M-am format într-un cămin alcoolic şi am crescut cu răni sufleteşti. Alcoolul a îndepărtat durerile rănilor, când am băut m-am simţit din ce în ce mai bine, pentru că alcoolul mi-a şters totul, chiar şi ruşinea.

Dar copilul nefericit s-a transformat în adult nefericit.

Pentru nefericirea mea, depresia mea, am căutat răspunsul psihologului. Am mers la cei mai buni psihologi, am devenit pacientul cel mai fidel. Ani de-a rândul, mi-au analizat visele, mi-au interpretat ştiinţific comportamentul, mi-au examinat trăirile, mi-au liniştit neliniştile. Mi-au prescris calmante puternice. Puternică combinaţie! Alcool şi calmante. Eu m-am obişnuit cu amândouă.

Aproape de nedescris este uşurarea pe care am simţit-o când am aflat că sunt doar alcoolic. Doar alcoolul este o problemă în viaţa mea. Problema mea este alcoolul şi rezolvarea ei se găseşte în renunţarea la el. Am căutat degeaba, peste tot, cauza răului. Sunt alcoolic. Nu este o chestie extraordinară. Sunt alergic la alcool. Atât de simplu. Nu mai trebuie să beau.

Prima amintire de beţiv este când am condus beat fiind. Cât de mândru am fost că nu s-a prins nimeni. A urmat apoi teama când am plecat la facultate: a trebuit întotdeauna, la orice pornire, să beau puţin ca să îmi pot stăpâni frica. Încă din primul an, un profesor m-a sfătuit să consult un psihiatru, când mi-a observat stările sufleteşti schimbătoare şi faptul că sunt sau prea trist sau prea bine dispus. Ţin minte că l-am rugat o dată pe un prieten să mă examineze de parcă mi-ar fi fost profesor. Am primit note bune de la el, mai puţin luni, când eram mahmur întotdeauna.

În anii următori, oriunde m-a dus destinul, am găsit întotdeauna persoana cu care pot să beau cel mai mult.

Când aveam 20-22 de ani, organismul meu rezista foarte bine la alcool. Îmi plăcea să merg la petreceri care nu se sfârşeau niciodată, care dimineaţa se puteau continua iarăşi.

Prima slujbă importantă am primit-o la radio, în New York City. Apoi asistent la televiziune, apoi director. După cum mă căţăram tot mai sus pe scara carierei mele, aşa alunecam tot mai jos în alcoolismul meu. Odată, unul din şefii mei a observat cum beau şi m-a atenţionat: "Băutul este unul din cele mai sigure drumuri pentru a-ţi distruge cariera. "

Am hotărât să am grijă. Am să beau cu măsură, înainte de a mă face de râs la locul de muncă. N-am mai băut zilnic. S-a întâmplat chiar să nu beau de luni până vineri. Nu îndrăzneam nici seara, pentru că ştiam că atunci n-am să mă mai pot opri până dimineaţa. Dar apoi brusc, mi-am pierdut locul de muncă pentru că s-a destrămat compania. Doi ani nu mi-am găsit loc de muncă, doi ani în care am băut în mod motivat pentru că nu-mi găseam locul în lume.

Apoi s-a ivit norocul, mi-am găsit loc de muncă la o companie în Chicago. Sărbătorirea noului loc de muncă a început în avion. M-am îmbătat crunt în avion, am continuat la hotel, până vineri dimineaţa, aşa nu am putut sa mă prezint la noua slujbă decât luni dimineaţa. M-am speriat. Ştiam că e foarte importantă slujba. Abstinenţa mea a durat o jumătate de an. Am crezut că am învăţat să-mi stăpânesc băutul, dar deja la sfârşitul celui de-al doilea an, treburile abia mai mergeau. Deja beam singur, acasă, însingurat. De dormit nu mai puteam decât cu alcool şi calmante. Teama de ce se va întâmpla cu mine creştea în continuu. Totuşi, a mai fost nevoie de încă cinci ani ca să pot abandona băutul. În ultimul an, puteam să beau doar câte o bere, două şi chiar şi aşa aveam ruperi de film.

În vara lui 1980, am avut o întâlnire de absolvire cu colegii mei, pe care nu i-am mai văzut de ani de zile. În timpul întrunirii n-am îndrăznit să beau nici măcar o înghiţitură. În drumul spre casă, mi-am cumpărat o sticlă de vodcă. Nici în ziua de astăzi nu ştiu de ce nu am ajuns acasă. M-am trezit în spital, la secţia de dezintoxicare alcoolică.



Într-o dimineaţă, un bărbat necunoscut stătea la patul meu. S-a prezentat.

"Sunt Joe, alcoolic. Sunt aici din partea grupei teritoriale A.A. Dacă ai probleme cu alcoolul, poate că putem să te ajutăm. "

Convorbirea noastră a fost sinceră. I-am povestit lui Joe despre viaţa mea. Acea viaţă care a fost plină de înşelăciune, otravă, teamă şi cu depresiile cele mai îngrozitoare...

Joe m-a ascultat în linişte, apoi mi-a spus: "Problema din viaţa ta... este alcoolul... şi calmantele. " Aşa a început, acum 6 ani, drumul abstinenţei mele. Cu ajutorul A.A.-ului, zilele mele de beţii au rămas în urmă. Cu adevăratelea n-a fost greu să învăţ "să nu beau. " Nu pot să fac nimic cu faptul că sunt alcoolic, nici că am fost cu totul neinformat asupra băutului meu. Astăzi deja ştiu că asta este cel mai important. Examinându-mă abstinent, am descoperit cu tulburare ce fire egocentrică am. Da, aşa ştiam, eu sunt cel mai deosebit de pe pământul asta, mai bun decât oricare altul.... şi în acelaşi timp, m-am temut de toată lumea. M-am temut să fiu eu însumi. Dar totul s-a schimbat, s-a transformat fundamental. Am învăţat că şi eu sunt doar un om trecător, plin de defecte. Şi nu eu sunt centrul Absolutului. Accept deja că oamenii pot să gândească şi altfel, pot să aibă şi altă părere... nu doar aceea pe care o pretind eu de la ei. Astăzi deja văd părţile pozitive ale oamenilor. Simt mai multă siguranţă de sine, mai multă toleranţă. Am învăţat că dacă mă străduiesc să acţionez bine, lucrurile se vor rezolva. Am învăţat că sunt importante faptele, acceptarea. Astăzi nu mai încerc să mă arăt mai mult decât sunt, şi oamenii mă acceptă şi aşa, mă iubesc şi aşa. Dacă totuşi sunt furios, atunci ştiu, iarăşi fac ceva „nelalocul" lui, vreau să manipulez pe cineva sau ceva. Vechea depresie, nefericire este deja doar o amintire a vieţii mele. Modul de viaţă abstinent face parte din viaţa mea, prietenii mei sunt alcoolici abstinenţi şi lor le pot mulţumi pentru seninătatea mea. Eu nu pot să beau. Dacă nu beau, devin abstinent; dacă devin abstinent, devin mai bun. Eu ştiu asta şi nu vreau s-o uit. Abstinenţa mea este un dar. Obsesia a trecut. Dumnezeu are un rol special în viaţa mea... Un prieten de al meu obişnuia să spună: "Dacă te întristezi, nu te ruga. Pentru că dacă te rogi, nu te întristezi. "

De fapt, niciodată nu am devenit adult. De la cea mai tânără vârstă am îndepărtat toate trăirile neplăcute cu alcoolul. Acum, pentru prima dată, îmi privesc în ochi acele trăiri şi încerc să le rezolv cu mintea limpede. Sunt sentimente eliberatoare toate acestea. Încetul cu încetul, devin adult. Propriul meu TITANIC m-a ciocnit şi pe mine de un ghețar, unde, într-un moment de îndurare, am primit o stâncă sinceră de salvare: INOȚI sau TE ÎNECI.

**Fragment din cartea Dr. Kanny**

"Alcoolicii Anonimi sunt o comunitate unde bărbați şi femei au ca şi țel comun să abandoneze băutul şi să rămână abstinenți. Puterea comunității care îi aduce şi îi menține împreună este problema lor comună, trecutul negativ legat de alcool. Se ajută unul pe celălalt. Acceptă realitatea că nu mai pot bea niciodată. Se ajută reciproc în viața de fiecare zi şi în dezvoltarea lor personală. Profesioniştii, medicii, recunosc că este metoda cu cele mai bune rezultate. Actual, funcționează în toată lumea, însumează mai multe milioane de alcoolici în recuperare. A. A.-ul nu are reguli, regulamente, sau recompense. Mulți cred că A. A-ul este o organizație secretă care este plină cu excluşii din societate. Contrarul acestei afirmații este adevărul. Membru al A.A. poate fi avocat, profesor, om de afaceri, preşedinte, muncitor în fabrică, ziarist, actor, cântăreț, casnică, student, ş. a. m. d. Doar trei procente din alcoolici sunt aceia care au ajuns în stradă, dar din păcate, oamenii la aceştia se gândesc atunci când vine vorba de alcoolici. Aici, este reprezentat, bogat şi sărac, bărbat şi femeie, fiecare strat existent al societății. Ca şi EGALI stau împreună, diferite naționalități, culori, specii, îşi ascultă istoria fiecăruia, îşi povestesc vechile frici, îşi împărtăşesc minunea transformărilor care încarcă cu o energie specială şedințele A.A. Băutul alcoolicului ridică problema de VIAȚĂ şi de MOARTE. Asta ştie şi alcoolicul. ACUM să se oprească sau să se prăbuşească.



Unii spun aşa: "Băutul meu încă nu este atât de serios cum aud despre alții. Eu încă nu am divorțat, nu mi-am sfărâmat încă maşina (încă îmi aduc aminte şi unde am parcat-o), nici material nu sunt distrus. " Dar cei mai mulți ştiu, simt că asta îi aşteaptă şi pe ei dacă beau mai departe.

Cei de pe tuşă, noii veniți, întreabă destul de des: „Cum funcționează A.A.-ul? " şi răspunsul cel mai des este: „Foarte bine. " Filozofia Alcoolicilor Anonimi se bazează pe conținutul celor 12 paşi şi cele 12 tradiții, care aduc schimbări de neimaginat în viața alcoolicului abstinent. Şedințele se desfăşoară în lume zilnic, ziua şi seara. În diferite țări au loc şedințe închise şi deschise. La şedințele deschise, poate participa oricine, fie că este alcoolic, fie că este interesat în probleme de alcoolism. La şedințele deschise, 2-3 participanți îşi împărtăşesc istoria personală în legătură cu alcoolul în mod tradițional: cum a fost perioada de alcoolism activ, cum a ajuns la punctul de adâncime maximă şi cum trăieşte astăzi abstinent, fără alcool.

Foarte multe şedințe constau într-o împărtăşire a unui singur vorbitor (cei care vorbesc despre descoperirile care le-au fost aduse de 15-35 de ani de abstinență). În alte şedințe, vorbitorul îşi împărtăşeşte scurt istoria, pentru ca apoi să ia cuvântul şi alții. Cine ia cuvântul, vorbeşte despre problemele personale legate de alcool, despre mâniile şi fricile lui. Acționează tămăduitor asupra fiecăruia, dacă îşi împart cu ceilalți trăirile, gândurile.

La şedințele închise, participă doar alcoolicii. Alegerea concretă a temei sau însuşirea paşilor este la alegerea grupului. Moderatorul vorbeşte 5-15 minute despre tema aleasă, apoi, în funcție de numărul de participanți (pot fi şi 200-300 de oameni o dată), şedința se continuă la mese în jurul cărora stau 8-12 oameni (acestea se numesc şedințe-masă, pentru că problemele, regretele sunt scoase pe masă).

Este adevărat că alcoolismul este o soartă comună şi cuvântul acesta are ecoul cel mai tare în mulțime. Totuşi, dedică foarte mult timp pentru următoarele teme: furie, teamă, nerăbdare, nesiguranță, furie paralizantă, sinceritate, dimensiunea sincerității. Tema principală a şedințelor îi aminteşte alcoolicului că este alcoolic. Soluția de bază a abstinenței, este să îl ajutăm pe alcoolicul care este încă afară şi suferă.

SUNT RĂSPUNZĂTOR: DACĂ ORICINE, ORIUNDE CERE AJUTOR, EU VREAU CA MÂNA A.A.-ULUI SĂ AJUNGĂ ÎNTOTDEAUNA ACOLO: PENTRU ASTA EU SUNT RĂSPUNZĂTOR.

Cel nou venit este rugat foarte calm, doar să se aşeze şi să fie atent. Niciodată nu i se spune că el este alcoolic. Aceasta va fi decizia lui. I se spune: "Dacă aşa crezi că ai probleme cu băutul, atunci eşti într-un loc bun."

De multe ori propun ca nou venitul să dedice 90 de zile programului. Dacă după 90 de zile şi 90 de şedinţe, cineva hotărăşte că nu este alcoolic, este liber să se întoarcă la sticlele lui nenorocite.

Tradiţia A.A.-ului este anonimatul.

A.A.-ul, în "tinereţe", când număra doar 80-100 de membri, abstinenţi doar de scurtă vreme, din diverse interese personale, au încercat să-şi facă cunoscută problema. Atunci a trebuit să aibă grija şi pentru că unii dintre ei, care erau abstinenţi doar de 1-2 ani, au vrut să funcţioneze ca şi profesionişti în A.A. Întrucât principiul cel mai important al A.A.-ului este cel de egalitate, s-au gândit că falsa mândrie a cauzat deja destul necaz în viaţa alcoolicului, şi au hotărât că cel mai important cuvânt pentru egalitate este NOI. "

Chestionarul de mai jos este întrebuinţat de John Hopkins University Hospital, pentru a stabili dacă un pacient este alcoolic sau nu.

1. Simţiţi nevoia de alcool dimineaţa?
2. Vă place să beţi singur?
3. Aţi absentat de la serviciu din cauza băutului?
4. Sunteţi furios pe familie atunci când beţi?
5. Vă doriţi băutură în momente fixe ale zilei?
6. Trebuie să beţi pentru a vă calma tremurul interior?
7. Vă neglijaţi familia din cauza băuturii?
8. V-aţi necăjit din cauza băuturii copilul, soţul, soţia?
9. Vi se modifică personalitatea din cauza băuturii?
10. Deveniţi încordat când se apropie ora obişnuită când beţi?
11. Aveţi insomnii din cauza băuturii?
12. Sunteţi răvăşiţi sufleteşte din cauza băuturii?
13. Aveţi dureri corporale din cauza băuturii?
14. Deveniţi nervos dacă nu aveţi băutură?
15. Nu vă mai puteţi controla de când beţi?
16. Aţi pierdut din puterea de decizie din cauza băuturii?
17. Aţi pierdut din ambiţie din cauza băuturii ?
18. Băutura vă limitează atingerea ţelurilor?



19. Beţi în societate ca să vă doborâţi limitele?
20. Beţi ca să vă faceţi curaj?
21. Beţi ca să vă îndepărtaţi sentimentele?
22. S-a diminuat calitatea vieţii sexuale din cauza băuturii?
23. Urâţi mai mult oamenii din cauza băuturii?
24. Sunteţi mai gelos din cauza băuturii?
25. Vi s-a modificat amabilitatea din cauza băuturii?
26. Sunteţi mai nepunctual din cauza băuturii?
27. Sunteţi mai sensibil din cauza băuturii?
28. Aţi devenit mai dificil de suportat de anturaj din cauza băuturii?
29. Căutaţi compania oamenilor din categorii sociale mai joase când beţi?
30. Vă afectează gândirea corectă?
31. Vă tulbură pacea interioară?
32. Vă aduce necazuri în afaceri?
33. Vă promite-ţi că nu veţi mai bea?
34. Băutura v-a stricat prestigiul?
35. S-a alterat armonia vieţii dumneavoastră?

*Dacă la o întrebare aţi răspuns cu da, semnifică atenţionare. Dacă la 2 întrebări aţi răspuns cu da, semnifică atenţionare sporită. Dacă aţi răspuns cu da la 3 sau mai multe întrebări, atunci dumneavoastră s-ar putea să aveţi probleme cu alcoolul.

## AI NEVOIE DE AL-ATEEN?

1. Te necăjeşti mult pentru băutul părinţilor tăi?
2. Te gândeşti des că tu eşti cauza pentru care părinţii tăi beau?
3. Ti-e ruşine când prietenii tăi vin în vizită la voi? 0
4. Găseşti din ce în ce mai multe motive ca să rămâi departe de casă?
5. Ţi se întâmplă des să-ţi urăşti părinţii pentru că beau şi apoi să te simţi vinovată pentru că îi urăşti?
6. Obişnuieşti să fii atentă la cât beau părinţii tăi?
7. Încerci să te adaptezi ca nu cumva să îi enervezi, poate că atunci nu vor bea?
8. Simţi că în casa ta nu se poate vorbi despre băutură, dar nici despre ce simţi şi ce te doare?

9. Uneori bei şi tu sau consumi droguri ca să uiţi atmosfera de acasă?
10. Simţi că dacă părinţii tăi te-ar iubi, nu ar bea atât de mult?

*N-are importanţă la câte întrebări răspunzi cu da. Cea mai importantă întrebare este dacă vrei să te simţi mai bine.

## AVEŢI NEVOIE DE AL-ANON?

1. Vă îngrijoraţi că partenerul bea prea mult?
2. Băutul partenerului este cauza unor probleme materiale?
3. Se întâmplă să camuflaţi băutul celuilalt?
4. Simţiţi că dacă tovarăşul v-ar iubi cu adevărat, atunci nu ar bea?
5. De multe ori învinovăţiţi anturajul din cauza comportamentului celuilalt?
6. Vă tulbură ritmul de viaţă băutul partenerului, de exemplu: momentele de masă, programe care se amână din cauza lui?
7. Aţi încercat să ameninţaţi aşa: "Dacă nu încetezi băutul, te părăsesc! "?
8. Când vă întâlniţi, căutaţi miros de alcool în respiraţie?
9. Crede-ţi că dacă îl enervaţi pe celălalt se va îmbăta imediat?
10. V-a tulburat viaţa băutul celuilalt?
11. A distrus cu băutul lui zilele de sărbătoare?
12. V-aţi gândit deja să chemaţi poliţia din cauza comportamentului abuziv al celuilalt?
13. Aţi căutat în casă după băutură ascunsă?
14. Aţi refuzat invitaţii în societate din pricina geloziei celuilalt?
15. Simţiţi des că oricât încercaţi să influenţaţi băutul partenerului, întotdeauna ajungeţi la eşec?
16. Din punctul dumneavoastră de vedere, dacă băutul din jurul dumneavoastră s-ar sista, s-ar rezolva şi restul problemelor?
17. V-aţi aşezat în maşină cu partenerul băut la volan?
18. Aţi ameninţat cu faptul că vă distruge pe dumneavoastră, ca să îl speriaţi pe băutor?
19. Sunteţi de multe ori supărat sau abătut pentru că nu vedeţi drum de ieşire?
20. Simţiţi că nimeni nu vă înţelege?



## NU EŞTI SINGUR; CERE AJUTOR!
## GRUPURILE A.A. ROMÂNIA:

| Localitate | Nume | e-mail | Telefon |
|---|---|---|---|
| Arad | Alexandru | aagruparad@hotmail.com | 0766259451 |
| Baia Mare | Willy | willyaa@freemail.hu | 0745 310 972 |
| | Marcel | marcelteodor@yahoo.com | 0726 209 646 |
| Bucureşti | George | international.buc@gmail.com | 0745 310 972 |
| | Liviu | liviudutu@gmail.com | 0726 209 646 |
| Cluj | Raul | | 0753 048 905 |
| Craiova | Ioana | ioanacaa@yahoo.com | 0744 974 373 |
| Deta | Liuby | liuby@hotmail.com | 0259 391 179 |
| Deva | Liviu | | 0742 883 605 |
| | Nix | aa_nix_hd@k.ro | 0744 642 143 |
| Miercurea Ciuc | Gyula | m-gy-@freemail.hu | 0266 317 486 |
| | Laci | | 0744 307 205 |
| Piatra Neamţ | Nicu | popei@mail.com | 0742 179 900 |
| | Gabi | g67ganescu@hotmail.com | 0722 272 663 |
| Târgu Mureş | Iulia | | 0265 147 017 |
| Timişoara | Traian | aaregula62tm@yahoo.com | 0723 389 004 |
| | Marcel | marcos58gm@yahoo.com | 0721 438 775 |
| Turda | Richard | | 0740 289 319 |
| Sânpaul | Felix | hirianf@yahoo.com | 0740 167 940 |
| Bistriţa | Horea | trifccdbistrita@yahoo.com | 0263 224 260 |
| Braşov | Gabi | mobriell2008@yahoo.com | 0723 198 714 |
| | Misu | redivivusbv@yahoo.com | 0727 808 592 |
| Suceava | Constantin | speraasv@yahoo.com | 0746 995 458 |
| | Petre | | 0726 701 026 |
| Jimbolia | Viorica | viorica_lajos@yahoo.com | 0722 672 267 |
| Iaşi | Seby | centrulsfnicolae@yahoo.com | 0729 904 355 |
| Oradea | Nicole | ledaarim@yahoo.com | 0749 207 738 |
| Constanţa | Sorin | socrate@rdslink.ro | 0720 541 993 |
| Satu Mare | Andrei | | 0747 886 919 |
| Asgaa – România | Marcel | asgaa@alcooliciianonimi.ro | 0256 430 835 |